

Appareil d'électro-stimulation pour l'entraînement sportif



## Mode d'emploi

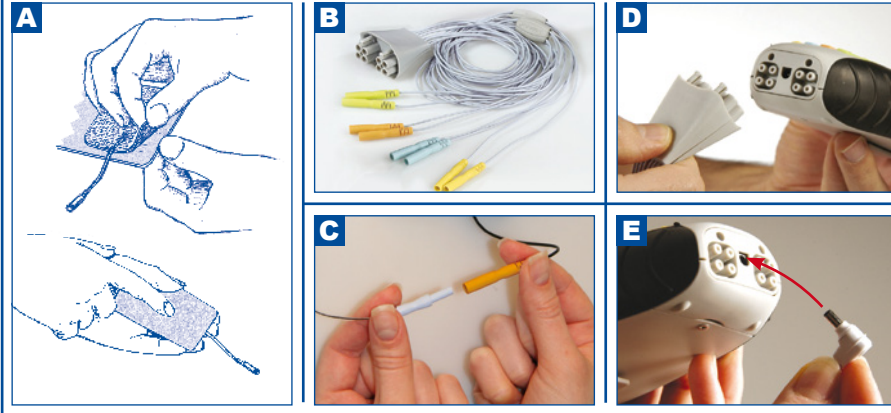
User manual / Manual de uso

- **4 canaux**  
4 channels / 4 canales
- **14 programmes multifréquence**  
14 multi frequency programs / 14 programas múltiples frecuencias
- **344 variations de programmes**  
344 programs variations / 344 variaciones de programas
- **1 ceinture multifonction**  
1 multi-function belt / 1 cinturón multifunción
- **8 électrodes adhésives**  
8 adhesive pads / 8 electrodos adhesivos

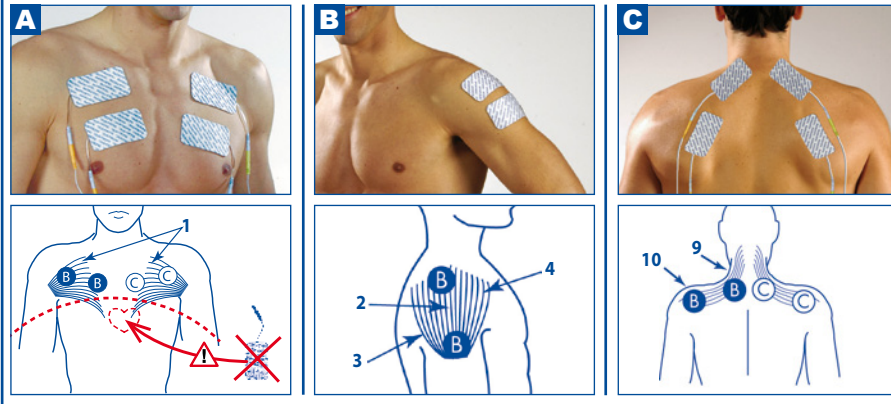


## FONCTION ÉLECTRODES

### I. CONNECTION DES ÉLECTRODES

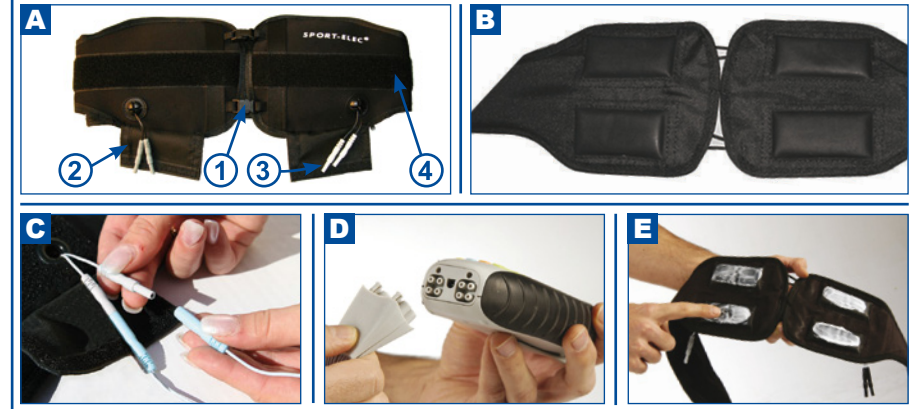


### II. POSITIONNER LES ÉLECTRODES

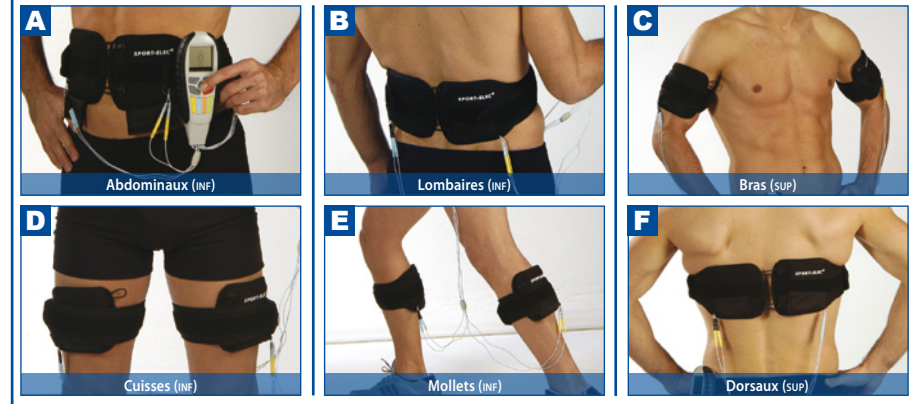


## FONCTION CEINTURE

### III. CONNECTION DE LA CEINTURE



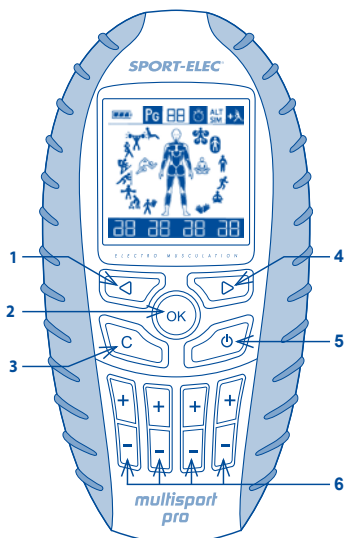
### IV. POSITIONNER LA CEINTURE



### V. AJUSTEMENT DE LA CEINTURE

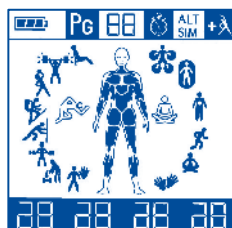


## MULTISPORTPRO (4 CANAUX) DESCRIPTIF DE L'APPAREIL



- 1 Touche gauche : permet de sélectionner un choix
- 2 Touche OK : bouton de validation après chacun des choix
- 3 Touche C (clear) : permet de revenir en arrière après avoir validé
- 4 Touche droite : bouton de sélection pour choisir les programmes et les zones musculaires
- 5 Touche ON/OFF : allume et éteint l'appareil
- 6 4 touches de puissances :  
 + : Augmente la puissance / niveau 1 à 30  
 - : Diminue la puissance / niveau 30 à 1

## DESCRIPTIF DE L'ÉCRAN



Voyant de niveau de charge de la batterie



Affiche le numéro de programme choisi



Affiche la durée de programme restant



Option muscles alternés (choix possible sur les programmes Pg 01 à Pg 08).  
Vous choisissez de faire travailler 2 groupes musculaires en alternance.



Option muscles simultanés (choix par défaut).  
Vous choisissez de faire travailler 2 groupes musculaires en simultané.



Phase d'échauffement à activer ou non



Programmes sport



Programmes santé

## LES PROGRAMMES



### PROGRAMMES SPORT

#### PRÉPARATION CUTANÉE

Baisse l'impédance de la barrière cutanée. Prépare la peau à la diffusion des courants émis par les programmes.

**Durée :** 2 min de phase active

#### RÉCUPÉRATION DU VOLUME MUSCULAIRE

Ce programme permet de prévenir et de lutter contre la perte de volume musculaire généralement due au non usage d'un membre ou suite à une période d'immobilisation.

**Durée :** 40 min de phase active + 6 min de récupération

#### RENFORCEMENT DU VOLUME MUSCULAIRE

Ce programme ne peut s'appliquer que sur des muscles ayant un volume normal. PG04 et PG05 permettent de développer la force musculaire.

**Durée :** 20 min de phase active + 6 min de récupération

#### RÉSISTANCE MUSCULAIRE

La gamme des fréquences de stimulation vise à augmenter la capacité à soutenir des efforts musculaires importants.

**Durée :** 30 min de phase active + 6 min de récupération

#### ENDURANCE MUSCULAIRE

Après l'acquisition par PG04 à soutenir des efforts importants, le programme PG05 permet de soutenir dans la durée des efforts musculaires de forte intensité en stimulant au maximum les fibres lentes.

**Durée :** 30 min de phase active

#### ENTRETIEN MUSCULAIRE

Ce programme permet de conserver les acquis au niveau de l'endurance, de la résistance et du volume musculaire.

**Durée :** 30 min de phase active + 6 min de récupération

#### FORCE EXPLOSIVE

Ce programme s'inscrit logiquement dans la continuité de PG03 et PG04. Il permet d'atteindre la force maximale d'un muscle en stimulant les fibres de très grande vitesse, l'intensité de la contraction doit être maximale.

**Durée :** 30 min de phase active + 6 min de récupération

#### RÉCUPÉRATION

Ce programme, grâce au balayage des fréquences entre 0,5 et 8 Hz, permet aux muscles de récupérer plus rapidement par des effets relaxants, endorphiniques et à l'augmentation du débit sanguin.

**Durée :** 20 min de phase active



### PROGRAMMES SANTÉ

#### MASSAGE

Ce programme est constitué de fréquences variant progressivement de 3 à 10 Hz pour un effet massant optimal.

**Durée :** 20 min de phase active

#### MYORELAXANT

Ce programme grâce au balayage des fréquences de 0,25 à 3,5 Hz permet aux muscles de se relaxer plus rapidement.

**Durée :** 20 min de phase active

#### RÉCUPÉRATION ACTIVE

Ce programme doit être utilisé immédiatement après avoir effectué des efforts intenses. L'ensemble des fréquences générées par PG11 permet de maintenir un travail musculaire après effort, favorise l'augmentation du débit sanguin et la libération d'endorphines. Chacune de ces séquences de fréquence est alternée avec un effet relaxant.

**Durée :** 20 min de phase active

#### TENS

Programme antalgique par neurostimulation électrique, variation progressive des fréquences. Les électrodes doivent être placées sur le site douloureux.

**Durée :** 20 min de phase active

#### ENDORPHINIQUE

Grâce aux balayages des fréquences de 40 à 160 Hz, ce programme permet de soulager efficacement les tensions musculaires.

**Durée :** 20 min de phase active

#### VASCULARISATION

Ce programme permet de soulager la sensation de jambes lourdes.

**Durée :** 26 min de phase active

## \* À LIRE AVANT TOUTE UTILISATION DE L'APPAREIL

**Vous venez d'acquérir un appareil professionnel performant et puissant. Vous devez prendre le temps de découvrir son fonctionnement.**

- 1 - Lire attentivement le mode d'emploi
- 2 - Avant usage, mettre l'appareil en charge (photo I. E page 3)
- 3 - Tester votre appareil sur les quadriceps selon la procédure de test rapide ci-dessous

## \* TEST DE FONCTIONNEMENT RAPIDE

### TESTEZ VOTRE APPAREIL SUR LES QUADRICEPS

- Prenez une demi-ceinture, appliquez une couche de crème sur les électrodes intégrées (photo III. E page 4) ou prenez 2 électrodes adhésives et humidifiez-les (photo I. A page 3).
- Branchez-la/les au premier canal (2 fiches de même couleur sur 2 autres fiches de même couleur).
- Allumez l'appareil avec la touche et appuyez 6 fois de suite sur la touche "OK".
- Augmenter progressivement la puissance sur ce canal.
- Une fois ce parcours de découverte réalisé, vous pouvez démarrer le programme de votre choix.

## \* REVENDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

- **Particuliers :** pour le renforcement et/ou maintien de la force musculaire
- **Kinésithérapeutes :** pour le soulagement des tensions musculaires
- **En secteur hospitalier :** pour la prévention des amyotrophies musculaires et pour le traitement de la douleur

## I. CHARGEMENT DE LA BATTERIE

L'appareil contient une batterie rechargeable, il convient donc dès son acquisition d'effectuer une charge de 12 heures en reliant son boîtier à l'alimentation secteur.

Il n'est pas possible d'utiliser l'appareil pendant la charge de la batterie.

En cas de non utilisation, procéder à une charge de la batterie de 12 heures tous les 4 mois.

L'appareil se met en veille automatiquement si la batterie est déchargée, assurant ainsi la protection de celle-ci contre toute décharge abusive.

Pour mettre l'appareil en charge, connectez le chargeur (fourni) à l'appareil (photo I. E page 3).

### AFFICHAGE CHARGE DE LA BATTERIE

Durant la charge de la batterie, le voyant pile affiche "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "", "

Appuyez sur la touche "▷" pour remonter et faire défiler les différentes zones musculaires.  
Pour revenir en arrière, appuyez sur la touche "◁".  
Une fois le groupe musculaire choisi, validez avec la touche "OK".

**Choix 2ème zone :**

Les pictogrammes clignotent tous à nouveau et l'écran affiche "02".  
L'écran propose de choisir une 2ème zone musculaire :  
Pour choisir une 2ème zone musculaire, validez à nouveau soit les muscles de face ou les muscles de dos, validez "OK".  
Choisissez à nouveau une autre zone musculaire puis validez "OK".  
Si vous ne voulez qu'une zone musculaire, appuyez sur la touche "◁" et passez à l'étape 3.  
La (les) zone(s) musculaire(s) sélectionnée(s) s'affiche(nt).

**ÉTAPE 3 : SÉLECTION DU PROGRAMME**

Les programmes de gauche (programmes SPORT ) s'affichent en clignotant.  
Si vous choisissez les programmes SPORT , validez "OK".  
Si vous voulez choisir les programmes SANTÉ , appuyez sur la touche "▷" et validez "OK".  
Faites défiler les programmes en appuyant sur la touche "▷".  
L'écran commence par afficher le 1er pictogramme du bas, et affiche simultanément en haut le numéro du programme correspondant.  
Si vous souhaitez revenir en arrière, appuyez sur la touche "◁".  
À ce stade, vous avez donc choisi la (les) zone(s) musculaire(s) à stimuler et le programme.

**ÉTAPE 4 : CHOIX "PHASE D'ÉCHAUFFEMENT" ET OPTION ALT/SIM**

(Uniquement pour les programmes P0 à P7 à P8 à P9).  
L'appareil vous propose une phase d'échauffement avant de commencer la phase active du programme.  
Le pictogramme  PHASE D'ÉCHAUFFEMENT clignote en haut à droite.  
Si vous voulez la sélectionner, appuyez sur "OK", sinon appuyez sur la touche "◁" et validez "OK" (elle disparaît de l'écran).  
Puis le pictogramme "SIM" clignote.  
Pour sélectionner "ALT" (alterné), appuyez sur la touche "◁", puis validez "OK".  
Pour sélectionner "SIM" (simultané), appuyez sur la touche "▷", puis validez "OK".  
Si vous avez sélectionné la phase d'échauffement, "SIM" s'affichera au démarrage du programme car la phase d'échauffement est obligatoirement en mode simultané.  
Le pictogramme du programme choisi est allumé, la (les) zone(s) musculaire(s) choisie(s) clignote(nt) en alternance.  
L'écran affiche :  
- le niveau de batterie,  
- la durée de la phase (décompte par minute),  
- le pictogramme du chronomètre,  
- l'option "ALT" ou "SIM" et la phase d'échauffement si vous les avez sélectionnés.

**ÉTAPE 5 : LANCER LE DÉMARRAGE - RÉGLAGES DES INTENSITÉS**

Ensuite, appuyez sur les boutons "+" des touches d'intensité correspondants aux fils connectés à vos électrodes (ou à votre accessoire) pour démarrer le programme.  
Si la pile est faible, il est recommandé de ne pas démarrer le programme.  
Le niveau de(s) puissance(s) s'affiche(nt) en bas de l'écran.  
Les intensités varient durant la séance en fonction du contenu du programme.  
Un appui long sur la touche "—" ramène la puissance rapidement à 0.

**ÉTAPE 6 : DÉROULEMENT DU PROGRAMME :**

**Utilisation de la touche "C" (Clear) :**  
Durant le programme, un appui sur la touche "C" pendant le déroulement d'une phase met le temps de celle-ci à zéro.  
La phase suivante démarre sauf si vous êtes arrivés à la fin du programme.  
Dans ce cas, cette touche permet de retourner au choix de la 1ère zone musculaire (comme une fin normale de programme).

**Déconnexion des électrodes en cours de programme :**

Si une électrode se déconnecte, le canal concerné se met à 00 et clignote ainsi pendant 30 secondes avant de revenir à un 00 fixe.  
Pendant ces 30 secondes, il est possible de reconnecter le(s) électrode(s) et de remettre les puissances au niveau désiré.

**ÉTAPE 7 : FIN DU PROGRAMME - ARRÊT EN COURS**

À la fin de la séance, l'écran propose à nouveau de démarrer une nouvelle séance en faisant clignoter les muscles de face pour choisir la 1ère zone musculaire.

Recommencez la procédure de démarrage si vous souhaitez continuer sur une autre zone musculaire.  
Sinon, appuyez sur la touche "⏻" pour arrêter.  
L'appareil se met en veille au bout de 5 minutes d'inactivité.

**Recommandations : choix muscles supérieurs ou muscles inférieurs**

Il existe une différence entre les programmes des muscles supérieurs et ceux des muscles inférieurs.  
Il est recommandé de ne pas sélectionner simultanément les muscles supérieurs et les muscles inférieurs car dans ce cas l'appareil donnerait la priorité aux muscles supérieurs, diminuant sensiblement le rendement du travail sur les muscles inférieurs.

**III. UTILISATION DE L'APPAREIL**

**A / LA FONCTION ÉLECTRODES**

Cette fonction vous permet d'utiliser les électrodes adhésives en les reliant à l'appareil.

**ÉTAPE 1 :**

Prendre les électrodes et ôter délicatement le support qui protège chacune d'elles, les humidifier une à une en étalant du bout des doigts quelques gouttes d'eau sur le gel adhésif et attendre 2 minutes (schéma I. A page 3).

**ÉTAPE 2 :**

Positionnez sur votre corps les électrodes suivant le schéma II. A ou B ou C page 3 (les positionnements sont donnés à titre indicatif).  
Placez vos électrodes en fonction du programme que vous avez choisi.  
**IMPORTANT :** Pour une utilisation optimale, lisez attentivement chaque page et tenez compte des exemples d'utilisation (photos II page 3).

| Exemples d'utilisation (photos II page 3)                                                                   |                                                       |                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| ● = fiche canal B (bleu) ; ● = fiche canal C (orange) ; SUP = membres supérieurs ; INF = membres inférieurs |                                                       |                                             |
| photo <b>A</b> - Pectoraux                                                                                  | photo <b>B</b> - Epaulles                             | photo <b>C</b> - Trapèzes                   |
| 1 - Grand pectoral<br>⚠ Ne pas positionner les électrodes sur l'aire cardiaque                              | 2 - Deltoïde moyen<br>3 - Postérieur<br>4 - Antérieur | 9 - Trapèze supérieur<br>10 - Trapèze moyen |

**ÉTAPE 3 :**

Prenez le connecteur (CEV8) (photo I. B page 3) et branchez-le :  
1° - aux électrodes (photo I. C page 3)  
2° - puis à l'appareil (photo I. D page 3).

**ÉTAPE 4 :**

Le boîtier est relié aux électrodes grâce au connecteur constitué de 4 groupes de 2 fils d'une longueur de 1 m terminés par 2 groupes de 4 fiches de connexion.  
Vous pouvez fixer votre MULTISPORTPRO au revers de la ceinture ou d'un vêtement ou sous-vêtement grâce à sa pince clip.

**ÉTAPE 5 :**

Mettez en route votre appareil en suivant la procédure de "Mise en marche de l'appareil" détaillée précédemment dans le paragraphe II.  
Les contractions doivent être fermes mais ne jamais provoquer de douleur.  
Si vous ressentez une sensation désagréable au niveau des électrodes : ramenez les puissances au minimum, déplacez la ou les électrodes et remontez progressivement la puissance.  
Les réglages étant ainsi optimisés, laissez travailler votre appareil pendant toute la durée du programme.

**ÉTAPE 6 :**

Le programme terminé, débranchez les électrodes du connecteur (CEV8), puis celui-ci de l'appareil.  
Puis décollez délicatement les électrodes, les humidifiez légèrement avec quelques gouttes d'eau et les remettre soigneusement sur leur support.  
Garder les électrodes adhésives dans un sac plastique au frais (le bac à légumes du réfrigérateur par exemple).

## B / LA FONCTION CEINTURE

La ceinture multifonction peut être utilisée en entier ou bien se séparer en 2 demi-ceintures.

La ceinture entière est à utiliser sur les abdos, les fessiers, le dos.

Une fois dégrafées, les 2 demi-ceintures peuvent être utilisées sur les bras, les cuisses ou les mollets.

La ceinture multifonction possède des électrodes intégrées sur lesquelles vous devez déposer la crème SPORT-ELEC®.

La crème favorise le contact entre les électrodes et la peau.

Ses propriétés, massantes et électro-conductrices, améliorent le confort d'utilisation et l'efficacité de la stimulation.

La crème peut être également utilisée seule, en massage sur le corps.

Si vous souhaitez vous procurer un tube de crème neuf, vous pouvez le commander via notre boutique en ligne [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), ou adressez-vous à votre revendeur habituel.

**⚠ Vous ne pouvez pas utiliser la ceinture sans la crème.  
Ne pas utiliser d'autre crème que celle fournie par SPORT-ELEC® INSTITUT**

### PRÉCAUTIONS D'EMPLOI DE LA CRÈME

- En cas d'allergie, arrêter l'application de la crème.
- Ne pas avaler.
- Ne pas laisser à la portée des enfants.
- En cas de contact oculaire rincer avec de l'eau.

### PRÉSENTATION DE LA CEINTURE :

• **Côté face (photo III. A, page 4) :**

1 - Attaches centrales 2 - Range-fils 3 - Fiches de connection 4 - Bande auto-agrippantes

• **Côté électrodes (photo III. B, page 4) :**

4 électrodes intégrées

### ÉTAPE 1 : CONNECTION ET MISE EN PLACE DE LA CEINTURE.

- Vérifiez que votre appareil MULTISPORTPRO soit à l'arrêt.
  - Prenez le connecteur (photo I. B page 3) et branchez-le :
    - Aux fiches de la ceinture par groupe de couleurs (photo III. C page 4).  
(ex : fiches bleues avec fiches noires, fiches oranges avec fiches grises...)
    - Puis à l'appareil (photo III. D page 4).
  - Appliquez une couche épaisse de crème de massage électro-conductrice sur les électrodes intégrées de la ceinture (la partie bombée) (photo III. E page 4)
  - Placez la ceinture ou les 2 demi-ceintures sur la(les) zone(s) à stimuler et ajustez-la(les) à l'aide des bandes auto-agrippantes, de façon à ce que les électrodes intégrées soient bien en contact avec la peau.  
(Photos IV page 4 : A = abdominaux ; B = lombaires ; C = bras ; D = cuisses ; E = mollets ; F = dorsaux.)
  - N'hésitez pas à déplacer la ceinture légèrement à gauche ou à droite (attention à ce que l'appareil soit éteint) afin de sentir les contractions sur l'ensemble de la sangle abdominale.
- Si vous ressentez quelques douleurs ou picotements au niveau d'une électrode, arrêtez l'appareil et vérifiez qu'elle soit suffisamment enduite de crème.

### ASTUCE :

• **Placement de la ceinture entière :**

Pour positionner au mieux la ceinture entière, croisez les 2 bandes afin de ramener les 2 extrémités sur la partie auto-agrippante extérieure (photos V. A page 4).

• **Placement de la demi-ceinture sur le bras :**

Réglez la demi-ceinture à la taille du contour de votre bras avant de l'enfiler puis recommencez si nécessaire pour l'ajuster au mieux (photos V. B page 4).

### ÉTAPE 2 : DÉMARRAGE DE LA FONCTION CEINTURE

Une fois votre appareil connecté, installez-vous confortablement et mettez en marche votre appareil en suivant la procédure de

"Mise en marche de l'appareil" détaillée précédemment dans le paragraphe II.

### ÉTAPE 3 : ARRÊT DE LA FONCTION CEINTURE

Le programme terminé, débranchez l'appareil de la ceinture.

Retirez l'excédent de crème sur les électrodes intégrées avec une lingette imbibée d'eau, puis séchez.

## IV. CONSEILS D'UTILISATION

L'appareil est recommandé par les kinésithérapeutes dans le cadre de rééducation fonctionnelle.

- Il est possible de recommencer le cycle d'un des programmes sur une autre zone musculaire ou de changer de programme en restant sur la même zone musculaire sans dépasser toutefois 50 min d'utilisation (de phase active) par zone musculaire et par jour.
  - Pour une utilisation optimale, inspirez-vous des schémas reproduits dans cette brochure.
  - Le boîtier et les câbles de l'appareil peuvent être nettoyés avec un chiffon imbibé de solution désinfectante (type Mercryl) diluée avec de l'eau au 1/10e.
  - Les électrodes adhésives peuvent être rehydratées avant et après usage par un agent désinfectant (ex: Hémoméline)
  - Les électrodes adhésives doivent être repositionnées sur leur support et conservées dans un endroit frais de +5°C à +10°C.
  - Les électrodes adhésives ont une durée de vie d'environ 40 utilisations, n'hésitez pas à en commander via notre boutique en ligne [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), ou auprès de votre revendeur habituel.
- SPORT-ELEC® INSTITUT - B.P. 35 - 27520 BOURGTHEROULDE- FRANCE - tél. 02 32 96 50 50 - [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)

### PRÉCAUTIONS D'EMPLOI :

- Ne pas utiliser l'appareil sur le visage
  - Ne pas laisser à la portée des enfants
- Demandez conseil à votre médecin :**
- en cas d'implants électroniques ou métalliques d'une façon générale (broches, etc.)
  - en cas de maladie ou lésions de la peau (plaies...)

### AVERTISSEMENTS :

- Ne pas utiliser l'appareil en conduisant ou en travaillant sur une machine.
- Ne pas utiliser votre appareil d'électro-musculation dans un environnement humide (salle de bain, sauna), et à proximité de machines électriques reliées au secteur et à la terre, voire une tuyauterie reliée à la terre.
- La connexion simultanée d'un patient à un appareil de chirurgie à haute fréquence peut provoquer des brûlures aux points de contact des électrodes du stimulateur et le stimulateur peut éventuellement être endommagé.
- Le fonctionnement à proximité immédiate d'un appareil de thérapie à ondes courtes peut provoquer des instabilités de la puissance de sortie du stimulateur.

### RECOMMANDATIONS :

Lorsque vous vous séparez de votre produit en fin de vie, veillez à respecter la réglementation nationale. Nous vous remercions ainsi de le déposer à un endroit prévu à cet effet afin d'assurer son élimination dans le respect de l'environnement.



### ⚠ CONTRE-INDICATIONS :

**Ne pas utiliser cet appareil SPORT-ELEC® :**

- Sur l'aire cardiaque.
- Si vous êtes porteur d'un stimulateur cardiaque (pacemaker)
- En cas de grossesse.
- Après un accouchement, attendre au minimum 6 semaines avant toute utilisation.
- En cas de maladies neuromusculaires.
- En cas de maladies hémorragiques.

### CONSEILS D'ENTRETIEN ET DE NETTOYAGE :

**IMPORTANT :** Le lavage en machine et à grande eau, le sèche linge et le repassage sont INTERDITS.

- Ne pas nettoyer à sec
- Ne pas utiliser de javel
- Nettoyer la ceinture avec une éponge humide imbibée d'un détergent puis essuyer avec un chiffon.
- Nettoyer le boîtier avec un tissu imbibé d'une solution désinfectante (type Mercryl) diluée avec de l'eau au 1/10°.
- Nettoyer les électrodes intégrées avec un mélange eau/détergent hypoallergénique, puis bien rincer.

### CHAMP ÉLECTRIQUE RAYONNÉ

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Fréquence (MHz) | Champ électrique à 3m. (dB(µV/m)) |
|-----------------|-----------------------------------|
| 200,0           | < 30                              |
| 400,0           | < 30                              |
| 600,0           | < 30                              |
| 800,0           | < 30                              |
| 1000,0          | < 30                              |

**INFO CONSO : 02 32 96 50 50**

## V. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

### L'APPAREIL :

|                                                       |                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Type de courant.....                                  | Biphasique                                                                                        |
| Nombre de programmes.....                             | 8 programmes "SPORT" - 6 programmes "SANTÉ"                                                       |
| Nombre de variations de programmes (ou phases).....   | 344                                                                                               |
| Nombre de canaux indépendants réglables.....          | 4                                                                                                 |
| Intensité maximum sur une charge de 500Ω / canal..... | 100 mA / 500 OhmsΩ / canal                                                                        |
| Plage de fréquence.....                               | De 0,25 à 160 Hz                                                                                  |
| Plage de largeur d'impulsion.....                     | De 70 à 360 μs                                                                                    |
| Alimentation.....                                     | 4,8 V- 1300 mAh - Batterie rechargeable Ni-MH                                                     |
| Alimentation secteur Réf: THA239025.....              | 230 Vac / 50 Hz - 9 Vac 250 mA - Classe II (norme EN 60601-1)                                     |
|                                                       | N'utilisez que l'alimentation secteur fournie avec l'appareil.                                    |
| Dimensions et poids de l'appareil.....                | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                         |
| Arrêt automatique à l'issue de chaque programme.....  | Oui                                                                                               |
| Sécurité à l'allumage.....                            | 100%                                                                                              |
| Température de stockage.....                          | 0°C à + 45°C                                                                                      |
| Humidité relative.....                                | 10% à 90%                                                                                         |
| Température d'utilisation.....                        | + 5°C à + 45°C                                                                                    |
| Humidité relative.....                                | 20% à 65%                                                                                         |
| Classification.....                                   | Type BF                                                                                           |
| Attention.....                                        | ⚠ Lire attentivement la notice                                                                    |
| Marquage CE relatif aux appareils médicaux.....       |                                                                                                   |
| RoHS.....                                             | Les appareils sont construits sans matériaux pouvant avoir un impact néfaste sur l'environnement. |
| Garantie.....                                         | 2 ans (boîtier)                                                                                   |

### CEINTURE :

|                           |                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Taille.....               | Taille unique (environ 150 cm de long)<br>(Soit 2 demi-ceintures de 75 cm). |
| Poids.....                | 150 g                                                                       |
| Composition textile.....  | Polyester laminé sur mousse                                                 |
| Électrodes intégrées..... | Silicone carbonné                                                           |
| Durée de vie estimée..... | environ 12 mois                                                             |

### ÉLECTRODES :

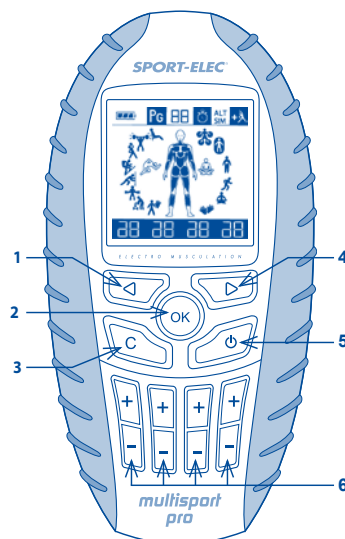
|                           |                                            |
|---------------------------|--------------------------------------------|
| Électrodes.....           | Adhésives, hydrophiles & hypoallergéniques |
| Dimennsions.....          | 89 x 50 mm                                 |
| Norme.....                | CE (93/42/CEE)                             |
| Durée de vie estimée..... | limitée à 40 utilisations                  |

### GARANTIE DES ACCESSOIRES :

La ceinture, la crème et les électrodes sont destinées à une utilisation strictement personnelle.  
Pour des raisons d'hygiène, elles ne peuvent donc être ni reprises, ni échangées.

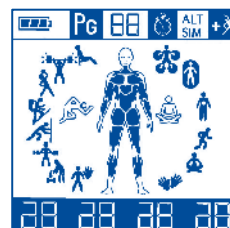
Made in P.R.C.

## MULTISPORTPRO (4 CHANNELS) DESCRIPTION OF THE UNIT



- 1 Left key : Back or select another choice
- 2 OK key : Validation after each selection
- 3 C key (clear) : Back after validating
- 4 Right key : Choice selection key (programs, muscular zones.)
- 5 ON/OFF key : Turns the unit On and Off
- 6 4 Power key :  
+ : Increase power / level 1 to 30  
- : Decrease power / level 30 to 1

## DESCRIPTION OF THE SCREEN



- Battery level
- Pg 88** Displays the program number chosen
- Displays the countdown
- ALT** Alternate muscles option (choice between programs PG01 to PG08). Train 2 muscle groups alternately.
- SIM** Simultaneous muscles option (default choice). Train 2 muscle groups simultaneously.
- Enable/disable warm-up phase
- Sport program
- Health program

## PROGRAMS



### SPORT PROGRAMS

#### SKIN PREPARATION

Lowers the impedance of the skin barrier. Prepares your skin for the currents emitted by the programs.  
**Duration :** 2 min active phases

#### RESTORE MUSCLE VOLUME

This program prevents and fights loss of muscle volume resulting usually from a lack of use of a limb following a period of immobilisation.  
**Duration :** 40 min active phase + 6 min recovery

#### REINFORCE MUSCLE VOLUME

Apply this program only on muscles with a normal volume. PG04 and PG05 are used to develop muscle strength.  
**Duration :** 20 min active phase + 6 min recovery

#### MUSCLE RESISTANCE

The stimulation frequencies aim at increasing the ability to sustain major muscle efforts.  
**Duration :** 30 min active phase + 6 min recovery

#### MUSCLE ENDURANCE

After using PG04 to acquire the ability to sustain major efforts, use program PG05 to extend high intensity muscle efforts over time by maximum stimulation of slow fibres.  
**Duration :** 30 min active phase + 6 min recovery

#### MUSCLE FITNESS

Use this program to maintain the level of muscle endurance, resistance, and volume acquired.  
**Duration :** 30 min active phase + 6 min recovery

#### EXPLOSIVE FORCE

This program is a logical extension of PG03 and PG04. It allows reaching maximum muscle force by stimulating very high speed fibres, with maximum contraction intensity.  
**Duration :** 30 min active phase + 6 min recovery

#### RECOVERY

Using a frequency range between 0.5 and 8 Hz, this program ensures muscles recover faster through relaxing, endorphin-based effects, and increases blood flow.  
**Duration :** 20 min active phase



### HEALTH PROGRAMS

#### MESSAGE

This program uses frequencies modulated between 3 and 10 Hz for optimum massaging effect.  
**Duration :** 20 min active phase.

#### MUSCLE RELAXING

The frequency range between 0.25 and 3.5 Hz of this program accelerates muscle relaxing.  
**Duration :** 20 min active phase

#### ACTIVE RECOVERY

Use this program immediately after performing intense efforts. All frequencies generated by PG11 maintain muscle work after effort, enhancing blood flow and the release of endorphins. Each of these frequency sequences is alternated with a relaxing effect.  
**Duration :** 20 min active phase

#### TENS

This program operates by cross-skin nerve stimulation, delivering a range of pulse frequencies in the local area where the electrodes are placed.  
**Duration :** 20 min active phase

#### ENDORPHINIC

With a frequency range of 40 to 160 Hz, this program relieves muscle tensions effectively.  
**Duration :** 20 min active phase

#### VASCULARIZATION

This program relieves numb legs sensation.  
**Duration :** 26 min active phase

## BEFORE USING THIS UNIT

**You have just acquired an effective and powerful professional unit.**

**Take your time to discover how to use it.**

- Read the instructions carefully
- Before using it, charge the unit (photo I. E page 3)
- Test your unit on your quadriceps using the quick test procedure below

## OPERATION QUICK TEST

### TESTING YOUR UNIT ON YOUR QUADRICEPS

- Take a ½ belt, apply cream on the built-in electrodes (photo III. E page 4).
- Connect it to the first channel (match the colours of the connectors, 2 by 2).
- Start the unit using the key and press the "OK" button 6 times.
- Increase power on this channel gradually.
- This discovery procedure shows your capacity in using the unit's level of performance..

## I. CHARGING THE BATTERIES

The unit contains rechargeable batteries. Before using it, charge it during 12 hours by connecting it to mains. Do not use this unit while batteries are charging. When it is not used, charge the batteries for 12 hours every 4 months. When the batteries are empty, the unit switches to standby automatically, protecting them against untimely discharging. To charge the unit, connect the charger supplied with the unit (photo I. E page 3)

### BATTERY CHARGE DISPLAY

When the battery is charging, the battery indicator displays , , then to show the current charging status. The charging time countdown starts, from 12 to 00. Once charged, the number 00 appears in the left angle of the timer pictogram. The battery pictogram displays . When the charger is disconnected, the screen switches off. When the battery indicator is empty , this means that it is discharged.

## II. STARTING THE UNIT

### STEP 1 : DISPLAY - POWER ON

Beware while starting the device ( red button )  
Push briefly (maximum 1 second ) on .  
All pictograms appear and blink for 3 seconds, then the front muscles blink.  
If you make a long push, your screen flashes and indicates you the totality of the pictograms which it contains.  
To stop the device, push briefly on .  
Or to return in the menu made 2 brief pushes on .

### STEP 2 : SELECTING THE MUSCLE ZONE(S) TO STIMULATE

#### Choosing the 1<sup>st</sup> zone :

The screen displays , meaning you can choose a first muscle zone.  
- To choose the front muscles, validate with the "OK" key.  
- To choose the back muscles, press the key.  
- To return to the front muscles, press the key.  
If you have chosen the front muscles : the 1<sup>st</sup> muscle zone at the bottom blinks: quadriceps.  
If you have chosen the back muscles : the 1<sup>st</sup> muscle zone at the bottom blinks: gastrocnemius (calves)  
Press the key to move upwards and scroll the different muscle zones.  
To go back, press the key.  
After selecting the muscle group, validate using th "OK" key

#### Choosing the 2<sup>nd</sup> zone :

All pictograms blink and the screen displays .  
The screen proposes to choose a 2<sup>nd</sup> muscle zone :  
To choose a 2<sup>nd</sup> muscle zone, validate again either the front muscles or the back muscles, validate "OK" .

Choose again another muscle zone, then validate "OK".  
If you wish one muscle zone only, press the "◀" key and go to step 3.  
The muscle zone(s) selected is (are) displayed.

### STEP 3 : SELECTING THE PROGRAM

Programs on the left (SPORT programs) blink.  
If you choose the SPORT programs, validate "OK".  
To choose the HEALTH programs, press the "▶" key and validate "OK".  
Scroll through the programs by pressing the "▶" key.  
The screen first displays the 1<sup>st</sup> lower pictogram while displaying the corresponding program number at the top.  
To go back, press the "◀" key.  
You have now chosen the muscle zone(s) to be stimulated, and the program.

### STEP 4 : CHOOSE THE "WARM-UP PHASE" AND ALT SIM OPTION

(Only for programs P002 to P007).  
The screen proposes a warming-up phase before starting the active phase of the program.  
The "WARM-UP PHASE" pictogram blinks in the top right corner.  
To select it, press "OK", otherwise press the "◀" key, and validate "OK" (it disappears from the screen).  
Then the "SIM" pictogram blinks.  
To select "ALT", press the "◀" key, to select "SIM", press the "▶" key, then validate "OK".  
If you have selected the warm-up phase, "SIM" is displayed when starting the program, as the warm-up phase is only in the simultaneous mode.  
The screen is displayed :  
- the battery level,  
- phase duration (countdown in minutes),  
- timer pictogram,  
- the "ALT" or "SIM" option and warm-up phase if you have selected them.  
The pictogram for the program chosen is lit, the muscle zone(s) chosen blink alternately.

### STEP 5 : LAUNCHING THE START - ADJUSTING INTENSITY

Then, press the "+" buttons of the intensity keys matching the wires connected to your electrodes or your belt to start the program.  
If the battery is low, do not start the program.  
The power level(s) are displayed at the bottom of the screen. The intensities vary during the session according to the program's content.  
A long press on the "—" key returns the power rapidly to 0.

### STEP 6 : PROGRAM PERFORMANCE :

**Use of the "C" (Clear) key :**  
During the program, press the "C" key during a phase to set its time to zero.  
The next phase starts unless you have reached the end of the program.  
In this case, this key allows returning to selecting the 1<sup>st</sup> muscle zone (as at normal end of program).

#### Disconnecting the electrodes during the program :

If an electrode is disconnected, the channel concerned is reset to 00 and blinks for 30 sec, before returning to a fixed 00.  
During these 30 sec, the electrode(s) can be reconnected, and power restored to the level required.

### STEP 7 : END OF PROGRAM - STOPPING

At the end of the session, the screen proposes to start a new session by blinking the front muscles to select the 1<sup>st</sup> muscle zone.  
Restart the starting procedure if you wish to continue on another muscle zone.  
Otherwise, press the "⏻" key to stop.  
The unit switches to standby after 5 minutes idle.

#### Recommendations :

The pictograms for upper muscles and for lower muscles are different. Avoid selecting upper muscles and lower muscles, as the unit would give priority to upper muscles, reducing somewhat the yield of work on lower muscles.

## III. USING THE UNIT

### A. ELECTRODES FUNCTION

This function allows using the adhesive electrodes by connecting them to the unit

#### STEP 1 :

Take the electrodes and remove carefully their protection, dampen them one by one with water on your fingertips on the adhesive gel, and wait for 2 minutes (diagram I. A, page 3).

#### STEP 2 :

Fit the electrodes on your body as shown in diagram II. A or B or C, page 3 : Positions are shown for information only

#### Important :

For optimal use, carefully read each page and look at the examples of use (photos II page 3).

| Examples of use (photos II page 3)                                                                        |                                                     |                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| B = connector channel B (blue) ; C = connector channel C (orange) ; SUP = upper limbs ; INF = lower limbs |                                                     |                                              |
| A photo - Chest                                                                                           | B photo - Shoulders                                 | C photo - Trapezius                          |
| 1 - Large chest<br>⚠ Do not place the electrodes close to the heart                                       | 2 - Medium deltoid<br>3 - Posterior<br>4 - Anterior | 9 - Upper trapezius<br>10 - Medium trapezius |

#### STEP 3 :

Take connector (CEV8) (photo I. B, page 3) and connect it :  
1<sup>st</sup> - to the electrodes (photo I. C, page 3)  
2<sup>nd</sup> - then to the unit (photo I. D, page 3).

#### STEP 4 :

The unit is connected to the electrodes through the CEV8 connector, made of 2 groups of 4x 1m. long wires terminated by 2 groups of 2 connecting terminals.  
Fasten your MULTISPORTPRO to the back of your clothing or underwear using its clip.

#### STEP 5 :

Start your unit following the "Starting the unit" procedure described in paragraph II.  
Contractions should be firm but never painful. If you feel an unpleasant sensation around the electrodes : bring the power-on key back to minimum, move the electrode(s) and gradually increase the power.  
Once the adjustments have been optimised in this way, leave your appliance to work for the full duration of the program.

#### STEP 6 :

Once the program is complete, disconnect the electrodes from the (CEV8) connector, then the latter from the unit.  
Then pull off the electrodes gently, dampen them slightly with a few drops of water, then return them carefully onto their support.  
Store the adhesive electrodes in a fresh location, in a plastic bag (e.g. vegetable container in the refrigerator).

### B / BELT FUNCTION

The multifunction belt can be used completer, or separated into 2 to form 2 half-belts.  
The full belt must be used on the stomach, buttocks, lower back areas.  
Once unfastened, the 2 half-belts can be used on the arms, thighs, or calf.  
The multifunction belt has built-in electrodes on which the SPORT-ELEC® cream is applied.  
This cream enhances contact between the electrodes and the skin.  
Its massaging and electro conducting properties improve comfort of use and enhance stimulation.  
The cream can be also used by massaging on the body.  
If you want to buy another SPORT-ELEC® cream, please order directly by going to our online shop : [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), or contact your local supplier.



**You may not use the belt without the cream provided.**  
**Do not use any other cream than that the one provided by SPORT-ELEC® Institut.**

**SAFETY PRECAUTIONS BY USING THE CREAM :**

- In case of allergy, stop to apply the cream.
- Do not swallow.
- Do not leave with the range children.
- In case of contact with eyes rinse with water.

**PRESENTATION OF THE BELT :****• Front side (photo III. A, page 4) :**

- 1 - Central fasteners    2 - Wire storage    3 - Connection terminals    4 - Scratch strip

**• Electrodes side (photo III. B, page 4) :**

- 4 built-in electrodes

**STEP 1 : CONNECTING AND FITTING THE BELT.**

- Check your MULTISPORTPRO unit is STOPPED
- Take the (CEV8) connector (photo I. B, page 3) and connect it :
  - To the belt connectors per groups of colour (photo III. C page 4).
  - Then to the unit ( photo III. D, page 4).
- Apply a thick layer of electro conductive massage cream onto the electrodes built into the belt (domed part) (photo III E page 4)
- Place the belt or 2 half-belts onto the zone(s) to be stimulated, and adjust them using "scratch" strips to ensure the built-in electrodes are properly in contact with the skin  
Photos IV page 4 : A - stomach, B - back, C - arms, D - thighs, E - calf, F - back.
- Move the belt slightly on left or right (with device powered off) to feel the contractions on the abdominal area.
- If an electrode hurts or if you feel any tingling, stop the device, and check the electrode is properly smeared with cream.

**TIP :**

- Fitting the full belt :  
To well-positioned the full belt at best, cross the 2 strips to flip the 2 ends on the outer scratch part (photos V. A page 4).
- Fitting the half-belt on the arm :  
Adjust at the belt mid-size, according to the outline of your arm before positioning it, then start over if necessary to ensure proper adjustment (photos V. B page 4).

**STEP 2 : STARTING THE BELT FUNCTION**

Once your unit is connected, install yourself comfortably and start your unit using the procedure "Starting the unit" detailed previously in paragraph II.

**STEP 3 : STOPPING THE BELT FUNCTION**

Once the program is completed, disconnect the unit from the (CEV8) connector, and the latter from the belt. Remove the excess cream on the built-in electrodes using a wipe dampened with water, then dry them.

**IV. RECOMMENDATIONS OF USE**

The unit is recommended for physiotherapists for functional re-education.

- You can restart a program's cycle on another muscle zone or change the program while remaining on the same muscle zone, without exceeding however 40 min use per muscle zone and per day.
- For optimum use, refer to the diagrams shown in this leaflet.
- Clean the unit and its cables with a cloth dampened with a disinfecting solution (Mercryl type) diluted in water at 1/10<sup>th</sup>.
- The adhesive electrodes can be rehydrated before and after use with a disinfecting agent (e.g. Hexamedine).
- The adhesive electrodes must be repositioned on their support, and stored in a fresh storage between +5°C and +10°C.
- The adhesive electrodes have a lifetime of about 40 uses, you can order them directly from the online shop [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), or from your reseller.

**PRECAUTIONS OF USE :**

- Do not use the unit on your face
- Do not leave within reach of children
- Ask for advice from your physician :**
  - if you have electronic or metallic implants (pins, etc.)
  - in case of skin condition (wounds,...)

**WARNINGS :**

- Do not use the device by driving or by working on a machine.
- Do not use this electro stimulation unit in a damp environment, a bathroom, a sauna, or close to electric machinery connected to mains and earthed, or even piping earthed.
- The simultaneous connection of a patient to a high frequency surgical unit may cause burns at the points of contact of the stimulator's electrodes, and the stimulator may be damaged.
- Operation in close proximity of a short wave therapy unit may cause instability in the stimulator's output power.

**RECOMMENDATIONS :**

Please apply regulations enforced in your country when disposing your product at its end of life.  
Therefore, please discard it in a location planned to this effect, ensuring it is disposed in an environment-friendly manner.

**CONTRA-INDICATIONS :****Do not use SPORT-ELEC® :**

- on the heart area
- If you carry a pacemaker
- If you are pregnant
- during first 6 weeks after baby birth
- In case of neuromuscular diseases
- In case of hemorrhagic diseases

**RECOMMENDATIONS FOR MAINTAINING AND CLEANING THE BELT :**

IMPORTANT : NEVER wash in machine and under running water. The dryer and ironing facilities are forbidden.

- Do not dry-clean
- Do not expose to bleach
- Clean the belt using a cloth dampened with a detergent, then wipe with a dry cloth.
- Clean the unit with a tissue dampened with a disinfecting solution (Mercryl type) diluted with water at 1/10<sup>th</sup>.
- Clean the electrodes with a mix of water/hypoallergenic detergent, then rinse thoroughly

**RADIATED ELECTRIC FIELD :**

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frequency (MHz) | Electric field at 3m.<br>(dB(μV/m)) |
|-----------------|-------------------------------------|
| 200,0           | < 30                                |
| 400,0           | < 30                                |
| 600,0           | < 30                                |
| 800,0           | < 30                                |
| 1000,0          | < 30                                |

**CUSTOMER SUPPORT: +33 (0) 2 32 96 50 50**

## V. TECHNICAL SPECIFICATIONS

### UNIT :

|                                                       |                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Type of current.....                                  | Dual phase                                                                                                 |
| Number of programs.....                               | 8 "SPORT" programs - 6 "HEALTH" programs                                                                   |
| Number of program variations (or phases).....         | 344                                                                                                        |
| Number of adjustable independent outputs.....         | 4                                                                                                          |
| Maximum intensity on a 500 $\Omega$ load/channel..... | 100 mA / 500 $\Omega$ / channel                                                                            |
| Frequency range.....                                  | 0,25 to 160 Hz                                                                                             |
| Pulse width range.....                                | 70 to 360 $\mu$ s                                                                                          |
| Power supply.....                                     | 4,8 V - 1300 mAh - NI-MH Rechargeable battery                                                              |
| Mains supply (Ref THA239025).....                     | 230 V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA                                                                            |
|                                                       | Classe II (EN 60601-1)                                                                                     |
|                                                       | Only use mains power after reticulation by the power unit.                                                 |
| Unit dimensions and weight.....                       | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                  |
| Automatic stop at end of each program.....            | Yes                                                                                                        |
| Activation safety.....                                | 100%                                                                                                       |
| Temperature for stocking / Relative humidity.....     | 0°C to + 45°C / 10% to 90%                                                                                 |
| Temperature for use / Relative humidity.....          | +5°C to +45°C / 20% to 65%                                                                                 |
| Classification.....                                   | type BF                                                                                                    |
| Caution !.....                                        | Read the manual thoroughly                                                                                 |
| EC standards relative to the medical devices.....     | CE 0459 (Directive 93/42/CEE)                                                                              |
| RoHS.....                                             | RoHS (2002/95/EC) - These units are free of materials likely to have a negative impact on the environment. |
| Guarantee of the unit.....                            | 2 years                                                                                                    |

### BELT :

|                          |                                                                 |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Size.....                | Universal size (about 150 cm long)<br>(i.e. 2 half-belts 75 cm) |
| Weight.....              | 150 g                                                           |
| Fabric.....              | Polyester laminated on foam                                     |
| Built-in electrodes..... | Carbonated silicon                                              |
| Estimated lifetime.....  | around 12 months                                                |

### ELECTRO CONDUCTIVE CREAM :

|                             |                    |
|-----------------------------|--------------------|
| Packaging.....              | 75 ml / 2,54 fl Oz |
| Manufacturer reference..... | VC 57B/53-148      |

### ELECTRODES :

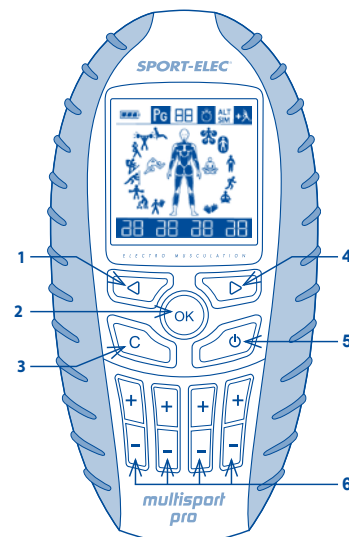
|                         |                                          |
|-------------------------|------------------------------------------|
| Electrodes.....         | Adhesive, hydrophilic and hypoallergenic |
| Size.....               | 89 x 50 mm                               |
| Standards.....          | CE (93/42/EEC)                           |
| Estimated lifetime..... | limited to 40 uses                       |

### ACCESSORIES GUARANTEE :

The belt, cream, and electrodes are designed for personal use. For reasons of hygiene, there will be no trade-in nor exchange.

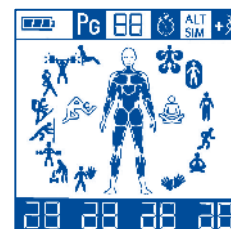
Made in P.R.C.

## MULTISPORTPRO (4 KANÄLE) BESCHREIBUNG DES GERÄTES



- 1 Linke Taste : Zurück oder andere Wahl
- 2 Taste OK : Wahl-Bestätigungstaste
- 3 Taste C (clear) : Bestätigung einer Wahl aufheben
- 4 Rechte Taste : Wahlstaste (programme, Muskelzonen)
- 5 Taste ON/OFF : Ein- und Ausschalten des Gerätes
- 6 4 Leistungstasten :  
+ : Leistung steigern / Niveau 1 bis 30  
- : Leistung senken / Niveau 30 bis 1

## BESCHREIBUNG DES DISPLAYS



- Batterieladeanzeige
- Nummer des gewählten Programms
- Countdown
- ALT** Option abwechselndes Muskeltraining  
(Wahlmöglichkeit in den Programmen **Pg 01** bis **Pg 08**).  
Sie trainieren zwei Muskulaturen abwechselnd.
- SIM** Option gleichzeitiges Muskeltraining (Standardwahl).  
Sie trainieren zwei Muskulaturen gleichzeitig.
- Aufwärmphase aktivieren/deaktivieren
- Sportprogramme
- Gesundheitsprogramme

## DIE PROGRAMME



### SPORTPROGRAMME



#### HAUTVORBEREITUNG



Senkt die Impedanz der Hautbarriere. Bereitet die Haut auf die Weiterleitung der Programmströme vor.  
**Dauer:** 2 Min. aktive Phasen



#### WIEDERERLANGUNG DES MUSKELVOLUMENS



Dieses Programm dient zum Vorbeugen und zum Bekämpfen von Muskelvolumenverlust nach einer längeren Nichtbenutzung oder Immobilisierung eines Gliedmaßes.

**Dauer:** 40 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



#### VERSTÄRKUNG DES MUSKELVOLUMENS



Dieses Programm kann nur auf Muskeln mit normalem Volumen angewendet werden. Mit PG04 und PG05 kann die Muskelkraft entwickelt werden.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



#### MUSKELWIDERSTANDSFÄHIGKEIT



Die Palette der Stimulationsfrequenzen dient zum Steigern der Fähigkeit, große Muskelbeanspruchungen aufrechtzuerhalten.

**Dauer:** 30 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



### GESUNDHEITSPROGRAMME



#### MASSAGE



Dieses Programm besteht aus Frequenzen, die zwischen 3 und 10 Hz ondulieren, um einen optimalen Massage-Effekt zu erreichen.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### MYOENTSPANNEND



Dieses Programm gibt Frequenzen zwischen 0,25 und 3,5 Hz aus, damit sich die Muskeln schneller entspannen können.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### AKTIVE ERHOLUNG



Dieses Programm muss sofort nach intensiven Anstrengungen benutzt werden. Die von PG11 generierten Frequenzen hält die Muskelarbeit nach der Anstrengung aufrecht und begünstigt die Durchblutung und die Freisetzung von Endorphinen. Die abwechselnden Frequenzsequenzen erzeugen einen Entspannungseffekt.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### MUSKELAUSDAUER



Nachdem mit PG04 die Widerstandsfähigkeit gegenüber großen Beanspruchungen erlangt wurde, wird mit PG05 durch maximales Stimulieren der langsamen Fasern die dauerhafte intensive Muskelbeanspruchung trainiert.

**Dauer:** 30 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



#### MUSKELAUFRICHTERHALTUNG



Mit diesem Programm werden Muskelausdauer, -widerstandsfähigkeit und -volumen auf dem erreichten Niveau gehalten.

**Dauer:** 30 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



#### EXPLOSIVKRAFT



Dieses Programm ist die logische Fortsetzung von PG03 und PG04. Es dient zum Erreichen der Maximalkraft eines Muskels durch Stimulieren der sehr schnellen Fasern, es wird die maximale Kontraktionsintensität angestrebt.

**Dauer:** 30 Min. aktive Phase + 6 Min. Erholung



#### ERHOLUNG



Dieses Programm gibt Frequenzen zwischen 0,5 und 8 Hz aus, damit sich die Muskeln durch entspannende, endorphinische Effekte und eine erhöhte Durchblutung schneller erholen.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### TENS



Schmerzstillendes Programm von elektrischer Neurostimulierung, vorwärtsschreitender Variation der Frequenzen. Die Elektroden sind an der schmerzhaften Stelle anzuordnen.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### ENDORPHINES PROGRAMM



Dieses Programm gibt Frequenzen zwischen 40 und 160 Hz aus, um Muskelschmerzen (Spannungen) wirkungsvoll zu lindern.

**Dauer:** 20 Min. aktive Phase



#### VASKULARISIERUNG



Dieses Programm lindert das Gefühl von schweren Beinen.

**Dauer:** 26 Min. aktive Phase

## VOR DER BENUTZUNG DES GERÄTES LESEN

Sie haben ein leistungsfähiges und starkes Profigerät erworben.

- 1 - Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung aufmerksam durch
- 2 - Laden Sie das Gerät vor der Benutzung auf (Foto I. E Seite 3)
- 3 - Testen Sie das Gerät an den Quadrizeps gemäß dem nachfolgend beschriebenen Schnelltest.

## FUNKTIONS-SCHNELLTEST

TESTEN IHRES GERÄTS AN DEN QUADRIZEPS

- Nehmen Sie einen Halbgürtel und tragen Sie eine Cremeschicht auf die integrierten Elektroden auf (Foto III. E Seite 4).
- Schließen Sie ihn an den ersten Kanal an (2 gleichfarbige Stecker an 2 weitere gleichfarbige Stecker).
- Schalten Sie das Gerät mit der Taste ein und drücken Sie 6-mal hintereinander auf die Taste "OK".
- Steigern Sie allmählich die Leistung auf diesem Kanal.
- Nach dieser Entdeckungstour wissen Sie, wie Sie die Leistungen des Gerätes für sich nutzen können.

## I. AUFLADEN DER BATTERIE

Das Gerät enthält wiederaufladbare Batterien.

Es sollte deshalb sofort nach dem Kauf durch Anschließen an das Netzteil 12 Stunden lang aufgeladen werden.

Während der Aufladung der Batterien kann das Gerät nicht benutzt werden.

Wenn es längere Zeit nicht benutzt wird, sollten die Batterien alle 4 Monate 12 Stunden lang aufgeladen werden.

Das Gerät wechselt automatisch in den Standby, wenn die Batterien entladen sind, damit diese nicht beschädigt werden.

Um das Gerät aufzuladen, muss das Ladegerät an das Gerät angeschlossen werden (foto I. E, seite 3)

### BATTERIE-LADEANZEIGE

Während der Ladung der Batterie, die Batterieanzeige erscheint während der Ladung , , und schließlich voll. Das Countdown der Ladezeit von auf beginnt Wenn die Aufladung beendet ist, erscheint die Zahl links neben dem Chronometer-Piktogramm.

Das Batterie-Piktogramm erscheint voll.

Wenn das Ladegerät abgezogen wird, erlischt das Display.

Wenn das Batteriesymbol leer ist , ist die Batterie entladen.

## II. INBETRIEBNAHME DES GERÄTES

### 1 SCHRITT : ANZEIGE - EINSCHALTEN

Beachtung für das Starten ( roter Druck ) .

Kurz, nicht mehr 1 Sekunde auf drücken.

Alle Piktogramme erscheinen und blinken 3 Sekunden lang, dann blinken die Muskeln der Vorderseite.

Wenn Sie auf den Knopf lang drücken, Ihr Bildschirm blinkt auf und gibt Ihnen die Gesamtheit der Piktogramme an, die er enthält.

Um das Gerät zu stoppen, drücken Sie kurz auf .

Oder um ins Menü zurückzukommen, machen Sie 2 kurze Drücken

### 2 SCHRITT : AUSWAHL DES (DER) ZU STIMULIERENDEN MUSKELBEREICH(S) (MUSKELBEREICHE)

**Wahl des 1 Bereichs :**

Das Display zeigt an, Sie können nun den ersten Muskelbereich wählen.

- Validieren Sie mit der Taste "OK", wenn Sie die Muskeln der Vorderseite wählen möchten.

- Drücken Sie die Taste , wenn Sie die Rückenmuskeln wählen möchten.

- Drücken Sie die Taste , wenn Sie zu den Muskeln der Vorderseite zurückkehren möchten.

Wenn Sie die Muskeln der Vorderseite gewählt haben : der 1. untere Muskelbereich blinkt : Quadrizeps.

Wenn Sie die Rückenmuskeln gewählt haben : der 1. untere Muskelbereich blinkt : Beinbeuger (Waden).

Drücken Sie die Taste , um die verschiedenen Muskelbereiche nach oben zu durchlaufen.

Mit der Taste können Sie zurückgehen.

Nach der Wahl der Muskulatur validieren Sie mit der Taste "OK".

### Wahl des 2 Bereichs :

Alle Piktogramme blinken wieder und das Display zeigt "02" an.

Sie werden dazu aufgefordert, einen 2. Muskelbereich zu wählen:

Um einen 2. Muskelbereich zu wählen, validieren Sie wieder mit "OK" entweder die Muskeln der Vorderseite oder die Rückenmuskeln.

Wählen Sie einen anderen Muskelbereich und validieren Sie mit "OK".

Wenn Sie nur einen Muskelbereich wollen, drücken Sie die Taste "◀" und wechseln Sie zu Schritt 3.

Der (Die) ausgewählte(n) Muskelbereich(e) erscheint (erscheinen)

### 3 SCHRITT : WAHL DES PROGRAMMS

Die linken Programme (SPORT-Programme) erscheinen blinkend.

Wenn Sie die SPORT-Programme wählen, validieren Sie mit "OK".

Wenn Sie die GESUNDHEIT-Programme wählen, drücken Sie die Taste "▷" und validieren Sie mit "OK".

Blättern Sie durch Drücken der Taste "▷" durch die Programme. Das Display beginnt mit der Anzeige des 1. unteren Piktogramms und zeigt gleichzeitig oben die Nummer des Programms an.

Wenn Sie zurückkehren möchten, drücken Sie die Taste "◀".

Bis jetzt haben Sie somit den (die) zu stimulierenden Muskelbereich(e) und das Programm gewählt.

### 4 SCHRITT : WAHL "AUFWÄRMPHASE" UND OPTION ALT SIM

(Nur bei den Programmen 02 und 07).

Das Piktogramm "AUFWÄRMPHASE" blinkt oben rechts.

Das Display empfiehlt Ihnen eine Aufwärmphase, bevor Sie mit der aktiven Phase des Programms beginnen.

Wenn Sie sie wählen wollen, drücken Sie "OK" andernfalls drücken Sie die Taste "◀" und validieren Sie mit "OK" (sie verschwindet vom Display).

Das Piktogramm "ALT SIM" blinkt.

Um "ALT" zu wählen, drücken Sie die Taste "◀"; um "SIM" zu wählen, drücken Sie die Taste "▷".

Validieren Sie mit "OK".

Wenn Sie die Aufwärmphase gewählt haben, erscheint "SIM" beim Start des Programms, denn die Aufwärmphase ist im gleichzeitigen Modus obligatorisch.

Das Display zeigt an :

Den Ladezustand der Batterien, die Dauer der Phase (in Minuten), das Chronometer-Piktogramm, die Option "ALT" oder "SIM" und die Aufwärmphase, wenn Sie sie gewählt haben.

Das Piktogramm des gewählten Programms leuchtet, der (die) gewählte(n) Muskelbereich(e) blinken abwechselnd.

### 5 SCHRITT : START - EINSTELLUNG DER INTENSITÄTEN

Drücken Sie zum Starten des Programms die "+" Intensitätstasten der Kabel, die an Ihre Elektroden oder an Ihren Gürtel angeschlossen sind.

Wenn die Batteriebeladung niedrig ist, sollte das Programm nicht gestartet werden.

Das Niveau der Leistung(en) wird unten am Display angezeigt.

Während des Trainings ändern sich die Intensitäten je nach Programminhalt.

Durch langes Drücken der Taste "—" wird die Leistung schnell auf 0 gebracht.

### 6 SCHRITT : ABLAUF DES PROGRAMMS :

#### Benutzung der Taste "C" (Clear) :

Während des Programms wird durch Drücken der Taste "C" beim Ablauf einer Phase deren Zeit auf null gesetzt.

Die nachfolgende Phase startet, außer wenn Sie am Ende des Programms angekommen sind.

In diesem Fall können Sie mit dieser Taste zur Wahl des 1. Muskelbereichs zurückkehren (wie bei einem normalen Programmende).

#### Abklemmen der Elektroden während des Programmablaufs :

Wenn sich eine Elektrode abklemmt, geht der betroffene Kanal auf 0 und blinkt 30 Sekunden lang, bevor die Anzeige kontinuierlich angezeigt wird.

Während dieser 30 Sekunden kann (können) die Elektrode(n) wieder angeschlossen und die Leistungen wieder auf das gewünschte Niveau eingestellt werden.

### 7 SCHRITT : ENDE DES PROGRAMMS - AUSSCHALTEN :

Am Ende des Trainings blinken die Muskeln der Vorderseite am Display und es kann ein neues Training durch Wahl des 1. Muskelbereichs gestartet werden.

Beginnen Sie den Startvorgang erneut, wenn Sie mit einem anderen Muskelbereich fortfahren wollen.

Drücken Sie andernfalls zum Ausschalten die Taste "⏻".

Nach 5 Minuten Inaktivität geht das Gerät in den Standby.

### Empfehlungen : wahl der oberen und unteren muskeln

Die Programme für die oberen und die unteren Muskeln sind unterschiedlich.

Es wird davon abgeraten, obere Muskeln zusammen mit unteren Muskeln auszuwählen, da das Gerät in diesem Fall den oberen Muskeln die Priorität gibt, wodurch die Wirksamkeit des Trainings der unteren Muskeln deutlich verringert wird.

## III. BENUTZUNG DES GERÄTS

### A / DER ELEKTRODENBETRIEB

Bei dieser Betriebsweise schließen Sie die Haftelektroden an das Gerät an.

#### 1. SCHRITT :

Nehmen Sie die Elektroden und entfernen Sie vorsichtig die Schutzträger.

Befeuchten Sie sie nacheinander, indem Sie mit den Fingerspitzen einige Tropfen Wasser auf dem Haftgel verteilen, und warten Sie 2 Minuten (Schema I, A, Seite 3).

#### 2. SCHRITT :

Bringen Sie die Elektroden nach dem Schema II, A, B oder C, Seite 3, an Ihrem Körper an :

Die Anbringstellen sind unverbindliche Empfehlungen.

**Wichtig :** Lesen Sie für eine optimale Nutzung alle Seiten und beachten Sie die Anwendungsbeispiele (Fotos II Seite 3).

| Anwendungsbeispiele (Siehe fotos II seite 3)                                                                 |                                                             |                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| B = Stecker Kanal B (blau) ; C = Stecker Kanal C (orange) ; SUP = obere Gliedmaßen ; INF = untere Gliedmaßen |                                                             |                                                  |
| foto A - Brustmuskeln                                                                                        | foto B - Schultern                                          | foto C - Rückenmuskeln                           |
| 1 - Großer Brustmuskel<br>⚠ Die Elektroden nicht im Herzbe-<br>reich anbringen                               | 2 - Mittlerer Deltoidmuskel<br>3 - Vorderer<br>4 - Hinterer | 9 - Oberer Trapezius<br>10 - Mittlerer Trapezius |

#### 3. SCHRITT :

Nehmen Sie das Kabel (CEV8) (Foto I-B, Seite 3) und schließen Sie es :

1° - an die Elektroden an (Foto I-C, Seite 3)

2° - dann an das Gerät an (Foto I-D, Seite 3).

#### 4. SCHRITT :

Das Gehäuse wird mit dem Kabel CEV8 an die Elektroden angeschlossen.

Dieses Kabel besteht aus 4 Gruppen zu je 2 Adern einer Länge von 1 m, die an ihren Enden mit 2 Gruppen zu je 2 Steckern versehen sind. Sie können Ihren MULTISPORTPRO mit seiner Klammer auf der Rückseite Ihrer Kleidung oder Unterwäsche befestigen.

#### 5. SCHRITT :

Nehmen Sie das Gerät gemäß den Anweisungen des Abschnitts II "Inbetriebnahme des Gerätes" in Betrieb.

Die Kontraktionen müssen fest sein, dürfen aber nie Schmerzen auslösen.

Wenn die Elektroden Ihnen unangenehm sind, stellen Sie die Einstelltaste wieder auf die Mindeststärke, befestigen Sie die betreffende(n) Elektrode(n) an einer anderen Stelle und erhöhen Sie die Stärke allmählich wieder.

Nachdem Sie die Einstellungen auf diese Weise optimiert haben, können Sie das Gerät bis zum Ende des Programms arbeiten lassen.

#### 6. SCHRITT :

Trennen Sie das Kabel (CEV8) nach Beendigung des Programms von den Elektroden und vom Gerät ab.

Nehmen Sie die Elektroden vorsichtig ab, befeuchten Sie sie leicht mit einigen Tropfen Wasser und bringen Sie sie wieder sorgfältig an ihren Trägern an.

Bewahren Sie die Haftelektroden in einer Plastiktüte kühl auf (z.B.: Gemüsefach des Kühlschranks).

### B / DER GÜRTELBETRIEB

Der Multifunktionsgürtel kann ungeteilt oder in 2 Halbgürtel geteilt benutzt werden.

Der ungeteilte Gürtel wird an den Bauchmuskeln, den Gesäßmuskeln und im unteren Rückenbereich benutzt.

Nach dem Auseinandertrennen werden die beiden "Halbgürtel" an den Armen, Schenkeln oder Waden benutzt.

Der Multifunktionsgürtel besitzt integrierte Elektroden, auf denen die SPORT-ELEC Creme aufgetragen wird.

Die Creme fördert den Kontakt zwischen den Elektroden und der Haut.

Ihre Massagewirkung und Leitfähigkeit erhöhen den Komfort und die Stimulationswirksamkeit.

Die Creme kann ebenfalls in der einzigen Massage auf dem Körper benutzt sein.  
Wenn Sie wünschen, SPORT-ELEC® Creme wiederzukaufen, bestellen Sie direkt unserer [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) Internet-Seite, oder wenden Sie sich an Ihren gewöhnlichen Einzelhändler.

**! Sie dürfen den Gürtel nicht ohne die mitgelieferte Creme benutzen.  
Verwenden Sie keine andere als die von SPORT-ELEC® Institut gelieferte Creme.**

#### VORSICHTSHINWEISE FÜR DEN GEBRAUCH DER CREME

- Im Falle einer Allergie, die Anwendung der Creme abbrechen.
- Nicht einnehmen.
- Nicht in Reichweite von Kindern aufbewahren.
- Im Falle des Augen-Kontaktes mit Wasser ausspülen.

#### PRÄSENTATION DES GÜRTELS :

- Vorderseite (Foto III. A, Seite 4) :  
1 = Klammern 2 = Kabeltasche 3 = Stecker 4 = Klettstreifen
- Elektrodenseite (Foto III. B, Seite 4) :  
4 integrierte Elektroden

#### 1. SCHRITT : ANSCHLIESSEN UND ANBRINGEN DES GÜRTELS.

- Vergewissern Sie sich, dass Ihr SPORT-ELEC® ausgeschaltet ist.
- Nehmen Sie das Kabel (CEV8) (Foto I. B, Seite 3) und schließen Sie es :  
- Nach Farbgruppe an die Stecker des Gürtels an (Foto III-C, Seite 4).  
- Dann an das Gerät an (Foto III. D, Seite 4).
- Tragen Sie eine dicke Schicht leitfähige Massecreme auf den gewählten Bereich und auf die integrierten Elektroden des Gürtels auf (der gekrümmte Teil - Foto III. E, Seite 4)
- Setzen Sie den Gürtel oder die beiden Halbgürtel auf den (die) zu stimulierenden Bereich(e) und befestigen Sie ihn (sie) mit den Klettstreifen so, dass die integrierten Elektroden guten Kontakt mit der Haut haben.  
Fotos IV Seite 4 : A = Bauchmuskeln ; B = unterer Rückenbereich ; C = Arm ; D = Schenkel ; E = Waden ; F = oberer Rückenbereich.
- Sie können den Gürtel ohne Weiteres nach links oder rechts verschieben (dabei darauf achten, dass das Gerät ausgeschaltet ist), um die Kontraktionen am ganzen Bauchgürtel zu spüren.  
Wenn eine Elektrode schmerzt oder man Prickeln spürt, muss man das Gerät ausschalten und überprüfen, ob die Elektrode gut mit Creme versehen ist.

#### TIPP :

- **Anbringen des ungeteilten Gürtels :**  
Um den ungeteilten Gürtel am besten anzubringen, kreuzen Sie die beiden Bänder, damit die beiden Enden auf den äußeren Klettstreifen kommen (Fotos V. A Seite 4).
- **Anbringen des Halbgürtels auf dem Arm :**  
Stellen Sie den Halbgürtel auf den Umfang Ihres Armes ein, bevor Sie ihn anlegen.  
Wiederholen Sie ggf. diesen Vorgang, bis der Halbgürtel gut sitzt (Fotos V. B Seite 4).

#### 2. SCHRITT : STARTEN DES GÜRTELBETRIEBS

Nehmen Sie nach dem Anschließen des Gerätes eine komfortable Position ein und nehmen Sie das Gerät gemäß den Anweisungen des Abschnitts II "Inbetriebnahme des Gerätes" in Betrieb.

#### 3. SCHRITT : ABSCHALTEN DES GÜRTELBETRIEBS

Nach dem Beenden des Programms trennen Sie das Kabel (CEV8) vom Gerät und vom Gürtel.  
Wischen Sie die überschüssige Creme mit einem wassergetränkten Reinigungstuch von den integrierten Elektroden und lassen Sie sie trocknen.

## IV. RATSCHLÄGE FÜR DIE BENUTZUNG

Das Gerät wird für die Krankengymnastik im Rahmen der funktionellen Rehabilitation empfohlen.

- Es ist möglich, den Zyklus eines der Programme in einem anderen Muskelbereich zu wiederholen oder das Programm ohne Verlassen des Muskelbereichs zu wechseln, ohne dabei jedoch 40 Min. Benutzungsdauer pro Muskelbereich und pro Tag zu überschreiten.
- Beachten Sie für eine optimale Nutzung die Abbildungen in dieser Broschüre.
- Das Gehäuse und die Kabel des Gerätes können mit einem in Desinfektionslösung (Typ Mercryl, im Verhältnis 1/10 mit Wasser verdünnt) getränkten Tuch gereinigt werden.
- Die Haftelektroden können vor und nach der Benutzung mit einem Desinfektionsmittel rehydriert werden (Hexomedin)
- Die Haftelektroden müssen wieder auf ihren Trägern angebracht und an einem kühlen Ort zwischen +5 °C und +10 °C gelagert werden.
- Die Haftelektroden haben eine Lebensdauer von ungefähr 40 Benutzungen. Sie können sie direkt beim Hersteller bestellen oder bei Ihrem Fachhändler. SPORT-ELEC® Institut - 27520 BOURGTHÉROULDE - FRANCE - +33 (0)2.32.96.50.50 - [www.sportelec.com](http://www.sportelec.com)

#### GEBRAUCHS-VORSICHTSMASSNAHMEN :

- Das Gerät nicht auf dem Gesicht verwenden
- Von Kindern fern halten
- **Fragen Sie Ihren Arzt um rat :**  
- Bei elektronischen oder metallischen Implantaten allgemeiner Art (Stifte usw.)  
- Bei Hautkrankheiten (Wunden usw.)

#### WARNUNGEN :

- Kein Gerät benutzen, führend oder über eine Maschine arbeitend.
- Benutzen Sie Ihr Elektrostimulationsgerät nicht in einem feuchten Umfeld, im Badezimmer, in der Sauna, in der Nähe von ans Netz angeschlossenen und geerdeten Elektrogeräten.
- Der gleichzeitige Anschluss eines Patienten an ein chirurgisches Hochfrequenzgerät kann zu Verbrennungen an den Berührungsstellen der Elektroden des Stimulators führen, und der Stimulator kann evtl. beschädigt werden.
- Der Betrieb in unmittelbarer Nähe eines Kurzwellen- Therapiegerätes kann zu einer instabilen Ausgangsleistung des Stimulators führen.

#### EMPFEHLUNGEN ::

Wenn Sie sich am Ende seiner Lebensdauer vom Produkt trennen, beachten Sie bitte die nationalen Vorschriften.  
Wir bitten Sie, es an einer Sammelstelle abzugeben, um eine umweltschonende Entsorgung zu gewährleisten.



#### ! GEGENANZEIGEN :

**Verwenden Sie den SPORT-ELEC® nicht:**

- Im Herzbereich
- Wenn Sie einen Herzschrittmacher
- Während der Schwangerschaft
- Nach Entbindung, warten Sie 6 Wochen vor der Benutzung
- Im Falle neuromuskulärer Krankheiten
- Im Falle von Blutkrankheiten

#### PFLEGE- UND REINIGUNGSRATSCHLÄGE FÜR DEN GÜRTEL :

- **ACHTUNG:** Die Waschmaschine und reichlich Wasser, sind die Trockner und Bügeleisen /-brett verboten
- Keine Trockenreinigung
- Keine Reinigung mit gechlortem Wasser
- Reinigen Sie den Gürtel mit einem in Reinigungsmittel getränkten Schwamm und wischen Sie mit einem Tuch nach.
- Reinigen Sie den Gürtel mit einem feuchten Schwamm, getränkt mit einer Desinfektionslösung (Typ Mercryl, im Verhältnis 1/10 mit Wasser verdünnt).
- Reinigen Sie die Elektroden mit einer hypoallergischen Wasser-/Reinigungsmittelmischung und spülen Sie gut nach.

#### ABGESTRAHLTE ELEKTRISCHE FELD :

EN55011 / EN60601-2-10

| Frequenz (MHz) | Elektrischen feldes auf 3m dB(µV/m) |
|----------------|-------------------------------------|
| 200,0          | < 30                                |
| 400,0          | < 30                                |
| 600,0          | < 30                                |
| 800,0          | < 30                                |
| 1000,0         | < 30                                |

**INFO CONSO: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. TECHNISCHE DATEN

### DAS GERÄT

|                                                                         |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Stromart .....                                                          | Zweiphasig                                                                          |
| Programmanzahl .....                                                    | 8 Programme "SPORT" - 6 Programme "GESUNDHEIT"                                      |
| Anzahl Programmvariationen (oder Phasen) .....                          | 344                                                                                 |
| Anzahl unabhängiger, einstellbarer Ausgänge .....                       | 4                                                                                   |
| Maximale Stromstärke bei einer Belastung von 500 $\Omega$ / Kanal ..... | 100 mA / 500 Ohms / kanal                                                           |
| Frequenzbereich .....                                                   | 0,25 bis 160 Hz                                                                     |
| Impulsbreitenbereich .....                                              | 70 bis 360 $\mu$ s                                                                  |
| Stromversorgung .....                                                   | 4,8 V- 1300 mAh - Wiederaufladbare Ni-MH-Batterien                                  |
| Netzversorgung : THA239025 .....                                        | 230 Vac / 50 Hz - 9 Vac 250 mA / Klass II (EN 60601-1)                              |
|                                                                         | Nur den mit dem Gerät gelieferten Netzstecker verwenden.                            |
| Abmessungen und Gewicht des Gerätes .....                               | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                           |
| Automatisches Ausschalten am Ende jedes Programms .....                 | Ja                                                                                  |
| Sicherung beim Einschalten .....                                        | 100%                                                                                |
| Lagerungstemperatur / Relative Feuchtigkeit .....                       | 0°C bis + 45°C / 10% bis 90%                                                        |
| Benutzungstemperatur / Relative Feuchtigkeit .....                      | + 5°C bis + 45°C / 20% bis 65%                                                      |
| Klassifizierung .....                                                   | Typ BF                                                                              |
| Achtung .....                                                           | ⚠ Die Anleitung aufmerksam durchlesen                                               |
| EG Normen sind der medizinischen Geräte bezüglich .....                 | CE 0459 (Directive 93/42/CEE)                                                       |
| RoHS .....                                                              | RoHS (2002/95/EC) - Die Geräte werden aus umweltschonenden Werkstoffen hergestellt. |
| Garantie .....                                                          | 2 Jahre                                                                             |

### GÜRTEL :

|                              |                                                                             |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Größe .....                  | Einheitsgröße (ungefähr 150 cm lang)<br>(bzw. zwei 75 cm lange Halbgürtel). |
| Gewicht .....                | 150 g                                                                       |
| Gewebe .....                 | auf Schaumstoff laminiertes Polyester                                       |
| Integrierte Elektroden ..... | kohlenstoffhaltiges Silikon                                                 |
| Geschätzte Lebensdauer ..... | ca. 12 Monate                                                               |

### CREME :

|                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| Spezifität .....         | elektrisch leitend |
| Verpackung .....         | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Herstellerreferenz ..... | VC 57B/53-148      |

### ELEKTRODEN :

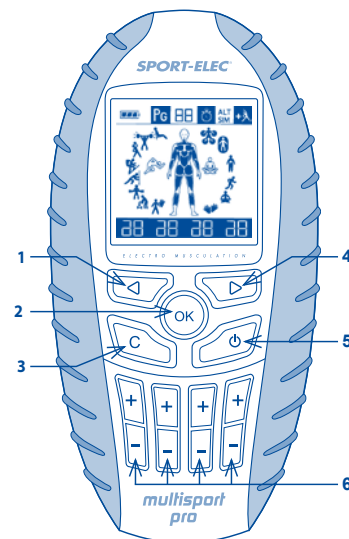
|                              |                              |
|------------------------------|------------------------------|
| Haftelektroden .....         | Hydrophile und hypoallergene |
| Gewicht .....                | 89 x 50 mm                   |
| Normen .....                 | CE(93/42/EEC)                |
| Geschätzte Lebensdauer ..... | begrenzt auf 40 verwendet    |

### GARANTIE :

Der Gürtel, die Creme und die Elektroden sind für den persönlichen Gebrauch vorgesehen.  
Aus hygienischen Gründen können sie weder zurückgegeben noch umgetauscht werden.

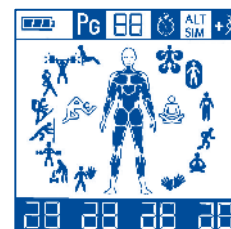
Made in P.R.C.

## MULTISPORTPRO (4 CANALES) DESCRIPCIÓN DEL APARATO



- 1 Tecla izquierda : permite volver atrás o seleccionar otra elección
- 2 Tecla OK : botón de validación después de cada elección
- 3 Tecla C (Clear) : permite volver atrás después de haber validado
- 4 Tecla derecha : botón para seleccionar elección (programas, zonas musculares.)
- 5 Tecla ON/OFF : enciende y apaga el aparato
- 6 4 teclas de ajuste :  
+ : aumenta la potencia / nivel 1 a 30  
- : disminuye la potencia / nivel 30 a 1

## DESCRIPCIÓN DE LA PANTALLA



- Indicador luminoso de nivel de baterías
- Añicha el número del programa elegido
- Añicha la cuenta del tiempo
- Opción músculos alternados (elección posible en los programas **Pg 81** a **Pg 88**). Usted elige hacer trabajar 2 grupos de músculos alternativamente.
- Opción músculos simultáneos (elección por defecto). Usted elige hacer trabajar 2 grupos de músculos simultáneamente.
- Fase de precalentamiento por activar o no
- Programas sport
- Programas salud

## LOS PROGRAMAS



### PROGRAMAS SPORT

#### PREPARACIÓN CUTÁNEA



Baja la impedancia de la barrera cutánea. Prepara la piel para la difusión de las corrientes emitidas por los programas.

**Duración :** 2 min de fases activas

#### RECUPERACIÓN DEL VOLUMEN MUSCULAR



El programa permite prevenir y luchar contra la pérdida de volumen muscular causado en general por el no uso de un miembro después de un período de inmovilización.

**Duración :** 40 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### REFUERZO DEL VOLUMEN MUSCULAR



Este programa sólo puede aplicarse sobre músculos con un volumen normal. PG04 y PG05 permiten desarrollar la fuerza muscular.

**Duración :** 20 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### RESISTENCIA MUSCULAR



La gama de frecuencias de estimulación está destinada a aumentar la capacidad para mantener esfuerzos musculares importantes.

**Duración :** 30 min de fase activa + 6 min de recuperación



### PROGRAMAS SALUD

#### MASAJE



Este programa está constituido de frecuencias que varían progresivamente de 3 a 10 Hz para alcanzar un efecto óptimo de masaje.

**Duración :** 20 min de fase activa

#### MIORRELAJANTE



Gracias al barrido de frecuencias de 0,25 a 3,5 Hz, este programa permite a los músculos relajarse más rápido.

**Duración :** 20 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### RECUPERACIÓN ACTIVA



Este programa se utiliza inmediatamente después esfuerzos intensos, dado que el conjunto de las frecuencias generadas por PG11 permite mantener un trabajo muscular después esfuerzo, favoreciendo el aumento del flujo sanguíneo y la liberación de endorfinas. Cada una de esas frecuencias es alternada con un efecto relajante.

**Duración :** 20 min de fase activa

#### AGUANTE MUSCULAR



Después de haber alcanzado con PG04 a mantener esfuerzos importantes, el programa PG05 permite mantener largo tiempo esfuerzos musculares de alta intensidad estimulando al máximo las fibras lentas.

**Duración :** 30 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### MANTENIMIENTO MUSCULAR



Este programa permite conservar lo adquirido a nivel del aguante, de la resistencia y del volumen muscular.

**Duración :** 30 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### FUERZA EXPLOSIVA



Este programa se inscribe lógicamente como continuación de PG03 y PG04. Permite alcanzar la fuerza máxima de un músculo estimulando las fibras de muy alta velocidad; así la intensidad de la contracción es máxima.

**Duración :** 30 min de fase activa + 6 min de recuperación

#### RECUPERACIÓN



Este programa permite a los músculos recuperarse más rápidamente, gracias al barrido de frecuencias entre 0,5 y 8 Hz, con efectos relajantes, endorfinicos y mediante el aumento del flujo sanguíneo.

**Duración :** 20 min de fase activa.

#### TENS



Programa antálgico a base de neuroestimulación eléctrica y variación progresiva de las frecuencias. Los electrodos deben colocarse sobre la zona dolorosa.

**Duración :** 20 min de fase activa

#### ENDORFINICO



Gracias al barrido de frecuencias de 40 a 160 Hz, este programa permite aliviar eficazmente los dolores (las tensiones) musculares.

**Duración :** 20 min de fase activa

#### VASCULARIZACIÓN



Este programa permite aliviar la sensación de piernas pesadas.

**Duración :** 26 min de fase activa

## LEER ANTES DE UTILIZAR EL APARATO

Usted acaba de comprar un aparato profesional, eficaz y potente.

Debe tomarse el tiempo para descubrir cómo funciona.

1 - Leer atentamente las instrucciones de empleo.

2 - Antes de utilizar, poner el aparato en carga (foto I. E página 3)

3 - Probar el aparato sobre los cuádriceps conforme al procedimiento

## PRUEBA DE FUNCIONAMIENTO RÁPIDO

PROBAR SU APARATO EN LOS CUÁDRICEPS

• Tomar medio cinturón, aplicar una capa de crema sobre los electrodos integrados (foto III. E página 4).

• Conectarlo con el primer canal (2 clavijas del mismo color sobre las 2 otras clavijas del mismo color).

• Encender el aparato con la tecla  y presionar 6 veces seguidas el botón "OK".

• Aumentar progresivamente la potencia en este canal.

• Una vez realizado este trayecto de descubrimiento, usted conocerá su capacidad para utilizar los resultados de su aparato.

## I. CARGA DE LA BATERÍA

El aparato contiene baterías recargables y por lo tanto conviene, desde el momento de adquirirlo, efectuar una carga de 12 horas uniendo su caja a la alimentación del sector.

No se puede utilizar el aparato mientras se cargan las baterías.

En caso de no utilizarlo, proceder a cargar las baterías durante 12 horas cada 4 meses.

El aparato se coloca en vigilia automáticamente si se descargan las baterías, permitiendo así la protección de éstas contra cualquier descarga abusiva.

Para poner el aparato en carga, conectar el cargador suministrado con el aparato (foto I. E página 3)

### VISUALIZACIÓN CARGA DE LA BATERÍA

Durante la carga de la batería y comienza la cuenta del tiempo de carga, de 12 a 

El indicador luminoso pila aficha ", ", ", "" para mostrar que la carga está efectuándose.

Cuando termina la carga, la cifra  se aficha en la parte izquierda del pictograma cronómetro.

El pictograma pila aficha "".

Cuando se desconecta el cargador, la pantalla se apaga.

Cuando la pila está vacía ", significa que la batería está descargada.

## II. PUESTA EN MARCHA DEL APARATO

### ETAPA 1 : VISUALIZACIÓN - ENERGIZACIÓN

Cuidado por la puesta en marcha " (tecla roja )

Realiza un apoyo breve maximum de 1 segundo en "".

Todos los pictogramas se afichan y parpadean durante 3 segundos, después los músculos delanteros parpadean.

Si se realiza un apoyo largo, su pantalla parpadea y le indica la totalidad de los pictogramas que contiene.

Para parar el aparato, apoye brevemente en "".

O para regresar al menú, apoye brevemente 2 veces en "".

### ETAPA 2 : SELECCIÓN DE LA O LAS ZONAS MUSCULARES POR ESTIMULAR

**Elección 1ª zona :**

La pantalla aficha ", lo que quiere decir que le propone elegir una primera zona muscular.

- Si usted quiere elegir los músculos delanteros, valide con la tecla "OK".

- Si usted quiere elegir los músculos de la espalda, presione la tecla "D".

- Si usted quiere volver a los músculos delanteros, presione la tecla "C".

Si su elección se refiere a los músculos delanteros : la 1ª zona muscular de abajo parpadea : cuádriceps.

Si su elección se refiere a los músculos de la espalda : la 1ª zona muscular de abajo parpadea : gemelos (pantorrillas).

Presionar la tecla "D" para subir y hacer desfilar las diferentes zonas musculares.

Para volver atrás, presione la tecla "C".

Una vez elegido el grupo muscular, valide con la tecla "OK".

**Elección 2ª zona :**

Todos los pictogramas parpadean nuevamente y la pantalla aficha "02".  
La pantalla propone elegir una 2ª zona muscular :  
Para elegir una 2ª zona muscular, valide nuevamente ya sea los músculos delanteros o los músculos de la espalda, valide "OK".  
Elija nuevamente otra zona muscular y luego valide "OK".  
Si usted desea una zona muscular, presione la tecla "◀" y pase a la etapa 3.  
Se afichan la o las zonas musculares seleccionadas.

**ETAPA 3 : SELECCIÓN DEL PROGRAMA**

Los programas de izquierda (programa SPORT ) se afichan parpadeando.  
Si usted elige los programas SPORT , valide "OK".  
Si usted quiere elegir los programas SALUD , presione la tecla "▶" y valide "OK".  
Haga pasar los programas presionando la tecla "▶". La pantalla comienza afichando el 1º pictograma de abajo y aficha simultáneamente arriba el número de programa correspondiente.  
Si usted quiere volver atrás, presione la tecla "◀".  
En esta etapa, usted ha elegido por lo tanto la o las zonas musculares por estimular y el programa.

**ETAPA 4 : ELECCIÓN "FASE DE PRECALENTAMIENTO" Y OPCIÓN ALT/SIM**

(únicamente para los programas  a ).

La pantalla le propone una fase de precalentamiento antes de comenzar la fase activa del programa.  
El pictograma  FASE DE PRECALENTAMIENTO parpadea arriba a la derecha.  
Si usted quiere seleccionarla, presionar "OK", si no, presionar la tecla "◀" y valide "OK" (desaparece de la pantalla).  
Después el pictograma  parpadea.  
Para seleccionar "ALT", presionar la tecla "◀", y después validar "OK".  
Para seleccionar "SIM", presionar la tecla "▶", y después validar "OK".  
Si usted ha seleccionado la fase de precalentamiento, "SIM" se afichará en el momento de iniciar el programa, porque la fase de precalentamiento es obligatoriamente en modo simultáneo.  
El pictograma del programa elegido se enciende, y la o las zonas musculares elegidas parpadean alternativamente.  
La pantalla aficha :  
- El nivel de las baterías,  
- la duración de la fase (cuenta por minuto),  
- el pictograma del cronómetro,  
- la opción "ALT" o "SIM"  
- y la fase de precalentamiento, si usted las ha seleccionado.

**ETAPA 5 : LANZAR EL INICIO - AJUSTE DE LAS INTENSIDADES**

A continuación, presionar los botones "+" de las teclas de intensidad correspondientes a los hilos conectados a sus electrodos o a su cinturón, con el fin de lanzar el inicio del programa.  
Si la pila está débil, se recomienda no lanzar el inicio del programa.  
El nivel de la o las potencias se aficha en la parte baja de la pantalla.  
Las intensidades varían durante la sesión en función del contenido del programa.  
Una presión prolongada en la tecla "—" lleva la potencia rápidamente a 0.

**ETAPA 6 : DESARROLLO DEL PROGRAMA**

**Utilización de la tecla "C" (Clear / Despejar) :**  
Durante el programa, una presión sobre la tecla "C" durante el desarrollo de una fase pone el tiempo de la misma en cero.  
La fase siguiente se inicia, excepto si usted ha llegado al fin del programa.  
En ese caso, esta tecla permite volver a la selección de la 1ª zona muscular (como un fin normal de programa).

**Desconexión de los electrodos durante el programa :**

Si un electrodo se desconecta, el canal correspondiente se pone en  y parpadea durante 30 segundos antes de volver a un  fijo.  
Durante esos 30 segundos, es posibles reconectar el o los electrodos y de volver a colocar las potencias en el nivel deseado.

**ETAPA 7 : FIN DEL PROGRAMA - PARADA EN CURSO**

Al terminar la sesión, la pantalla propone nuevamente iniciar una nueva sesión haciendo parpadear los músculos delanteros para elegir la 1ª zona muscular.  
Recomenzar el procedimiento de inicio si quiere continuar sobre otra zona muscular.  
Si no, presione la tecla "0" para detenerlo.  
El aparato se pone en vigilia después de 5 minutos de inactividad.

**RECOMENDACIONES : Selección de músculos superiores y músculos inferiores**

Existe una diferencia entre los programas de los músculos superiores y los de los músculos inferiores.  
Se recomienda no seleccionar músculos superiores con músculos inferiores, porque en ese caso el aparato dará prioridad a los músculos superiores, disminuyendo sensiblemente el rendimiento del trabajo sobre los músculos inferiores.

**III. UTILIZACIÓN DEL APARATO**

**A / LA FUNCIÓN ELECTRODOS**

Esta función le permite utilizar los electrodos adhesivos uniéndolos al aparato.

**ETAPA 1 :**

Tomar los electrodos y retirar delicadamente el soporte que protege dada uno; humedecerlos uno por uno repartiendo con la punta de los dedos algunas gotas de agua sobre el gel adhesivo y esperar 2 minutos (esquema I. A página 3).

**ETAPA 2 :**

Posicionar sobre su cuerpo los electrodos conforme al esquema II. A, B ó C página 3 : las posiciones se entregan a título indicativo.

**Importante :**

Para una utilización óptima, lea atentamente cada página y tome en cuenta los ejemplos de utilización (fotos II. página 3).

| Ejemplos de utilización (fotos II página 3)                                                                        |                                                      |                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Ⓑ = clavija canal B (azul) ; Ⓒ = clavija canal C (naranja) ; SUP = miembros superiores ; INF = miembros inferiores |                                                      |                                              |
| foto Ⓐ - Pectorales                                                                                                | foto Ⓑ - Hombros                                     | foto Ⓒ - Trapèzes                            |
| 1 - Pectoral mayor<br>⚠ No posicionar los electro dos en la zona cardí ca                                          | 2 - Deltoides medio<br>3 - Posterior<br>4 - Anterior | 9 - Trapecio superior<br>10 - Trapecio medio |

**ETAPA 3 :**

Tomar el conector (CEV8) (foto I-II página 3) y conectarlo :  
1° - a los electrodos (foto I-C página 3).  
2° - después al aparato (foto I-D página 3)

**ETAPA 4 :**

El caso está conectado a electrodos gracias a connecteur consta de 4 grupos de 2 hijo de una longitud de 1 metro terminado por 2 grupos de 4 hojas de conexión.  
Usted puede fijar su MULTISPORTPRO, en el reverso de una prenda de ropa o de la ropa interior gracias a su pinza clip.

**ETAPA 5 :**

Ponga en funcionamiento el aparato siguiendo el procedimiento "Puesta en marcha del aparato".  
Las contracciones deben ser firmes pero nunca provocar dolor.  
Si nota una sensación desagradable a nivel de los electrodos : vuelva a situar las teclas al mínimo, desplace el o los electrodo(s) y aumente progresivamente la potencia.  
Una vez obtenido el ajuste óptimo, deje que el aparato trabaje durante todo el programa.

**ETAPA 6 :**

Una vez terminado el programa, desconectar los electrodos del conector (CEV8) y después éste del aparato.  
Después despegar delicadamente los electrodos, humedecerlos ligeramente con algunas gotas de agua y volverlos a meter cuidadosamente en su soporte.  
Conservar los electrodos adhesivos en una bolsa plástica en lugar fresco (recipiente de verduras del refrigerador, por ejemplo).

**B / LA FUNCIÓN CINTURÓN**

El cinturón multifunciones puede ser utilizado completo o separarlo en dos para formar 2 semi-cinturones.  
El cinturón completo está destinado a utilizarse sobre los abdominales, los glúteos y la parte baja de la espalda.  
Una vez desabrochados, los 2 "semi-cinturones" pueden ser utilizados en los brazos, los muslos o las pantorrillas.  
El cinturón multifunción posee electrodos integrados sobre los cuales se aplica la crema SPORT-ELEC®.  
La crema favorece el contacto entre electrodos y piel; sus propiedades masajeadas y electroconductoras mejoran la comodidad de la utilización y la eficacia de la estimulación.  
La crema puede también estar utilizada por masaje en el cuerpo.

Si quiere comprar la crema electro-conductora SPORT-ELEC®, llámanos directamente en nuestra tienda online : [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), o contacta a su vendedor habitual.

**⚠ No se puede utilizar el cinturón sin la crema proporcionada.**  
**No utilizar otra crema que la facilitada por SPORT-ELEC® INSTITUT.**

#### PRECAUCIONES DE EMPLEO DE LA CREMA

- En caso de alergia, no aplicar la crema.
- No tragar.
- No dejar al alcance de los niños.
- En caso de contacto con los ojos limpiar con agua.

#### PRESENTACIÓN DEL CINTURÓN :

- **Del lado cara :** (foto III. A, página 4)  
1 - Ganchos centrales    2 - Rango de hilos    3 - Clavijas de conexión    4 - Banda scratch
- **Del lado electrodos :** (foto III-B página 4)  
4 electrodos integrados

#### ETAPA 1 : CONEXIÓN Y COLOCACIÓN DEL CINTURÓN.

- Verificar que su aparato MULTISPORTPRO, se encuentre en PARADA.
  - Tome el conector (CEV8) (foto I.B página 2) y conéctelo :
    - En las clavijas del cinturón por grupo de colores (foto III. C página 4)
    - Después en el aparato (foto III. D página 4)
  - Aplique una capa gruesa de crema de masaje electroconductora en la zona elegida y después en los electrodos integrados del cinturón (la parte abombada - foto III. E página 4)
  - Coloque el cinturón o los 2 semi-cinturones en la o las zonas por estimular y ajústelos utilizando bandas "scratch" de manera que los electrodos integrados estén en contacto directo con la piel.
- Fotos IV. página 4 :  
A = abdominales    B = espalda    C = brazo    D = muslos    E = pantorrillas    F = dorsales.
- No dude en desplazar el cinturón ligeramente a la izquierda o a la derecha (preste atención a que el aparato esté apagado) para sentir las contracciones sobre toda la faja abdominal.
- Si un electrodo lastima o si se sienten algunos picores hay que parar el aparato y verificar que el electrodo está bien cubierto de crema.

#### CONSEJO :

- Colocación del cinturón completo :  
Para colocar mejor el cinturón completo, cruce las 2 bandas con el fin de llevar los 2 extremos sobre la parte scratch externa (fotos V. A, página 4).
- Colocación del cinturón en el brazo :  
Ajuste el semi-cinturón al tamaño del contorno de su brazo antes de meterlo y luego recomience si es necesario para ajustarlo lo mejor posible (fotos V. B, página 4).

#### ETAPA 2 : PUESTA EN MARCHA DE LA FUNCIÓN CINTURÓN

Una vez terminada la conexión de su aparato, instálese cómodamente y ponga en marcha su aparato siguiendo el procedimiento de "Puesta en marcha del aparato" detallado antes en el apartado II.

#### ETAPA 3 : DETENCIÓN DE LA FUNCIÓN CINTURÓN

Una vez terminado el programa, desconectar el aparato del conector (CEV8) y después éste del cinturón.  
Retirar el excedente de crema en los electrodos integrados con un paño embebido de agua y después secar.

## IV. CONSEJOS DE UTILIZACIÓN

El aparato se recomienda a kinesiterapeutas en el marco de reeducación funcional.

- Es posible recomenzar el ciclo de uno de los programas en otra zona muscular o cambiar de programa manteniéndose en una misma zona muscular sin sobrepasar de todos modos los 40 min de utilización por zona muscular y por día.
- Para un uso óptimo, inspirese en los esquemas que figuran en este folleto.
- La caja eléctrica y los cables del aparato pueden ser limpiados con un trapo embebido de solución desinfectante (tipo Mercryl) diluida con agua al 1/10.
- Los electrodos adhesivos pueden ser rehidratados antes y después de usarlos con un agente desinfectante (ej: hexomédine)-
- Los electrodos adhesivos deben ser reposicionados en su soporte y conservados en un lugar fresco entre +5°C y +10°C.
- Los electrodos adhesivos tienen una duración de aprox. 40 utilizaciones. No dude en encargarnos directamente a la sede de la sociedad o a su revendedor habitual,  
SPORT-ELEC® Institut - BP 35 - 27520 BOURGTHEOULDE - FRANCE - 00.33.2.32.96.50.50 - [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)

#### PRECAUCIONES DE EMPLEO :

- No utilizar el aparato sobre el rostro
- No dejar al alcance de los niños
- **Pedir consejo a su médico en caso de :**
  - implantes electrónicos o metálicos de manera general (pernos, etc.)
  - Enfermedad de la piel (llagas, etc.)

#### ADVERTENCIAS :

- No se debe utilizar el aparato conduciendo o trabajando en una máquina.
- No utilizar el aparato de electro-musculación en un ambiente húmedo como sala de baño o sauna, y cerca de máquinas eléctricas unidas al sector y a tierra, incluso una tubería conectada a tierra.
- La conexión simultánea de un paciente a un aparato de cirugía de alta frecuencia puede provocar quemaduras en los puntos de contacto de los electrodos por estimular y el estimulador puede eventualmente dañarse.
- El funcionamiento en la cercanía inmediata de un aparato de terapia con ondas cortas puede provocar inestabilidad en la potencia de salida del estimulador.

#### RECOMENDACIONES :

Cuando usted se deshaga de su producto al finalizar la vida útil, respete la reglamentación nacional.  
Le agradecemos desecharlo en un lugar previsto para este fin con el fin de garantizar su eliminación de manera segura, respetando el medio ambiente.



#### ⚠ CONTRA INDICACIONE :

- **No utilizar el aparato SPORT-ELEC® :**
  - Sobre el corazón
  - Si usted tienes un estimulador cardíaco
  - En caso de embarazo
  - Después del parto, esperar al mínimo 6 semanas antes de utilizarlo
  - En caso de enfermedades neuromusculares
  - En caso de enfermedad de la piel (heridase)

#### CONSEJOS DE MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DEL CINTURÓN :

**ATENCIÓN :** La lavadora y un montón de agua, la secadora y planchas están prohibidas

- No limpiar en seco.
- No utilizar lejía.
- Limpiar el cinturón con una esponja húmeda embebida con un detergente. Después secar con un trapo.
- Limpiar la caja eléctrica con un trapo embebido con una solución desinfectante (tipo Mercryl) diluida en agua al 1/10.
- Limpiar los electrodos con una mezcla agua/detergente hipoaergénico, después enjuagar bien.

#### CAMPO ELÉCTRICO RADIADO :

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frecuencia (MHz) | Campo eléctrico de 3m. (dB(µV/m)) |
|------------------|-----------------------------------|
| 200,0            | < 30                              |
| 400,0            | < 30                              |
| 600,0            | < 30                              |
| 800,0            | < 30                              |
| 1000,0           | < 30                              |

**INFO CONSO: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

### EL APARATO :

|                                                                |                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo de corriente.....                                         | Bifásica                                                                                                            |
| Número de programas.....                                       | 8 programas "SPORT" - 6 programas "SALUD"                                                                           |
| Número de variaciones de programas (o fases).....              | 344                                                                                                                 |
| Número de salidas independientes regulables.....               | 4                                                                                                                   |
| Intensidad máxima sobre una carta de 500 $\Omega$ / canal..... | 100 mA / 500 $\Omega$ / canal                                                                                       |
| Playa de frecuencia.....                                       | De 0,25 a 160 Hz                                                                                                    |
| Playa de amplitud de impulso.....                              | De 70 a 360 $\mu$ s                                                                                                 |
| Alimentación.....                                              | 4,8 V- 1300 mAh - Baterías recargables Ni-MH                                                                        |
| Alimentación del sector : THA239025.....                       | 230 Vac / 50 Hz - 9 Vac 250 mA / Clase II (EN 60601-1)                                                              |
|                                                                | Utilice únicamente la alimentación suministrada con el aparato                                                      |
| Dimensiones y peso del aparato.....                            | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                           |
| Parada automática al terminar cada programa.....               | Sí                                                                                                                  |
| Seguridad al encendido.....                                    | 100%                                                                                                                |
| Temperatura de almacenamiento.....                             | 0°C a + 45°C                                                                                                        |
| Humedad relativa de almacenamiento.....                        | 10% a 90%                                                                                                           |
| Temperatura de utilización.....                                | + 5°C a + 45°C                                                                                                      |
| Humedad relativa de utilización.....                           | 20% a 65%                                                                                                           |
| Clasificación.....                                             | Tipo BF                                                                                                             |
| Atención.....                                                  |  Lea atentamente las instrucciones |
| Norma.....                                                     | CE relativas a los aparatos médicos                                                                                 |
| RoHS.....                                                      | Los aparatos han sido fabricados sin materiales que puedan causar un impacto ecológico negativo.                    |
| Garantía.....                                                  | 2 años                                                                                                              |

### CINTURÓN :

|                            |                                                                 |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Talla.....                 | Talla única (~150 cm de largo)<br>(o 2 semicinturones de 75 cm) |
| Peso.....                  | 150 g                                                           |
| Tela.....                  | poliéster laminado sobre esponja                                |
| Electrodos integrados..... | silicona carbonada                                              |
| Vida útil estimada.....    | alrededor de 12 meses                                           |

### CREMA ELECTROCONDUCTORA :

|                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| Envase.....                | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Referencia fabricante..... | VC 57B/53-148      |

### ELECTRODOS :

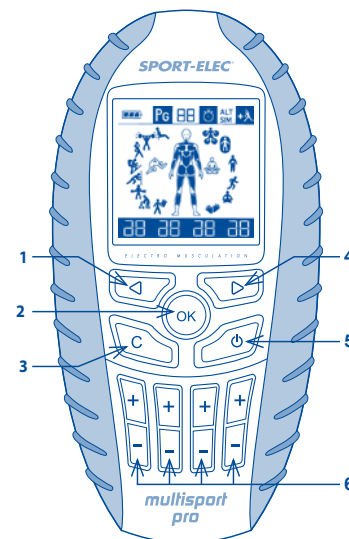
|                         |                                       |
|-------------------------|---------------------------------------|
| Electrodos.....         | adhesivos hidrófilos e hipoalergénico |
| Dimensiones.....        | 89 x 50 mm                            |
| Vida útil estimada..... | limitada a 40 usos                    |

### GARANTÍA DE LOS ACCESORIOS :

El cinturón, la crema y los electrodos están destinados a una utilización personal.  
Por razones de higiene, no pueden ser devueltos ni cambiados.

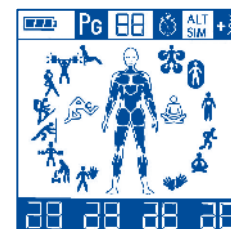
Made in P.R.C.

## MULTISPORTPRO (4 CANALI) DESCRIZIONE DELL'APPARECCHIO



- 1 Tasto sinistro : permette di tornare indietro o di selezionare un'altra scelta
- 2 Tasto OK : pulsante per convalida dopo ogni scelta
- 3 Tasto C (clear) : permette di tornare indietro dopo aver convalidato
- 4 Tasto destro : selezionare le scelte (programmi, zone muscolari.)
- 5 Tasto ON/OFF : accende e spegne l'apparecchio
- 6 4 Tasto delle potenze :  
+ : Aumento potenza / livello da 1 a 30  
- : Diminuisco potenza / livello da 30 a 1

## DESCRIZIONE DEL DISPLAY



-  Spia del livello delle batterie
-  Visualizza il numero del programma scelto
-  Visualizza il conteggio del tempo
-  Opzione muscoli alternati (scelta possibile con i programmi da Pg 01 a Pg 08).  
Scegliete di far lavorare 2 gruppi muscolari alternativamente.
-  Opzione muscoli simultanei (scelta predefinita).  
Scegliete di far lavorare 2 gruppi muscolari simultaneamente.
-  Fase di riscaldamento muscolare da attivare o no
-  Programmi sport
-  Programmi salute

## I PROGRAMMI



### PROGRAMMI SPORT



#### PG01 PREPARAZIONE CUTANEA



Diminuisce l'impedenza della barriera cutanea. Prepara la pelle alla diffusione delle correnti emesse dai programmi.

**Durata:** 2 min di fase attiva



#### PG02 RECUPERO DEL VOLUME MUSCOLARE



Questo programma permette di prevenire e di lottare contro la perdita di volume muscolare dovuta generalmente all'insufficiente utilizzo di un membro o a periodi d'immobilizzazione.

**Durata:** 40 min di fase attiva + 6 min di recupero



#### PG03 RINFORZO DEL VOLUME MUSCOLARE



Questo programma si applica esclusivamente su muscoli con volume normale. PG04 e PG05 permettono di sviluppare la forza muscolare.

**Durata:** 20 min di fase attiva + 6 min di recupero



#### PG04 RESISTENZA MUSCOLARE



La gamma delle frequenze di stimolazione mira ad aumentare la capacità di sostenere sforzi muscolari elevati.

**Durata:** 30 min di fase attiva + 6 min di recupero



### PROGRAMMI SALUTE



#### PG09 MASSAGGIO



Questo programma comprende frequenze variando gradualmente da 3 a 10 Hz per un massaggio ottimale.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG10 MIORILASSANTE



Questo programma grazie alla scansione di frequenza da 0,25 a 3,5 Hz permette ai muscoli di rilassarsi più rapidamente.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG11 RECUPERO ATTIVO



Questo programma deve essere utilizzato subito dopo aver effettuato sforzi intensi. L'insieme delle frequenze generate da PG11 permette di mantenere un lavoro muscolare dopo lo sforzo, favorizza l'aumento del flusso sanguigno e la produzione di endorfine. Tutte queste sequenze di frequenza vengono alternate da un effetto rilassante.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG05 RESISTENZA ALLA FATICA MUSCOLARE



Dopo l'acquisizione con PG04 della facoltà di sostenere sforzi elevati, il programma PG05 permette di sostenere nella durata degli sforzi muscolari di forte intensità stimolando al massimo le fibre lente.

**Durata:** 30 min di fase attiva + 6 min di recupero



#### PG06 MANTENIMENTO MUSCOLARE



Questo programma permette di conservare i livelli di resistenza, di resistenza alla fatica e di volume muscolare acquisiti.

**Durata:** 30 min di fase attiva + 6 min di recupero



#### PG07 FORZA ESPLOSIVA



Questo programma s'iscrive logicamente nella continuità di PG03 e PG04. Permette di ottenere la forza massima di un muscolo stimolando le fibre ad elevata velocità, l'intensità della contrazione deve essere massimale.

**Durata:** 30 min di fase attiva + 6 min di recupero



#### PG08 RECUPERO



Questo programma, mediante scansione di frequenza fra 0,5 e 8 Hz, permette ai muscoli di recuperare più rapidamente grazie agli effetti rilassanti, endorfinici e all'aumento del flusso sanguigno.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG12 TENS



Programma antalgico basato su una neurostimolazione elettrica a modulazione di frequenza. Gli elettrodi devono essere posizionati sulla zona dolorosa.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG13 ENDORFINICA



Questo programma, grazie alla scansione di frequenza da 40 a 160 Hz permette di alleviare efficacemente i dolori (le tensioni) muscolari.

**Durata:** 20 min di fase attiva



#### PG14 VASCOLARIZZAZIONE



Questo programma permette di alleviare la sensazione "gambe pesanti".

**Durata:** 26 min di fase attiva

## DA LEGGERE PRIMA DI QUALSIASI USO DELL'APPARECCHIO

Avete acquistato un apparecchio professionale ad elevate prestazioni e potenza.

Dovete prendere il tempo di scoprirne il funzionamento.

1 - Leggere attentamente le istruzioni per l'uso

2 - Prima dell'uso, mettere l'apparecchio in carica (foto I. E pagina 3)

3 - Provare l'apparecchio sui quadricipiti secondo la procedura di prova rapida seguente

## PROVA RAPIDA DEL FUNZIONAMENTO

PROVARE L'APPARECCHIO SUI QUADRICIPITI

- Prendere una 1/2 cintura, applicare uno strato di crema sugli elettrodi integrati (foto III. E pagina 4).

- Collegarla al primo canale (2 spine dello stesso colore su 2 altre spine dello stesso colore).

- Accendere l'apparecchio con il tasto e premere 6 volte il pulsante "OK".

- Aumentare progressivamente la potenza su questo canale.

- Questo percorso di scoperta realizzato, si conoscerà la propria capacità ad utilizzare l'apparecchio.

## I. CARICA DELLA BATTERIA

L'apparecchio contiene batterie ricaricabili, si consiglia di procedere subito dopo l'acquisto ad una carica di 12 ore collegando il modulo ad una presa di rete.

Non è possibile utilizzare l'apparecchio durante la carica delle batterie.

Nel caso in cui l'apparecchio non fosse utilizzato, procedere ad una carica delle batterie di 12 ore ogni 4 mesi.

L'apparecchio si mette automaticamente in stand by se le batterie sono scariche, garantendo così la protezione contro scariche abusive.

Per mettere l'apparecchio in carica, collegare il caricabatteria fornito all'apparecchio (foto I. E pagina 3)

### VISUALIZZAZIONE CARICA DELLA BATTERIA

Durante la carica della batteria, la spia pila è visualizzata a ; quindi a ; quindi a per mostrare la carica in corso, ed incomincia il conteggio del tempo di carica da 12 a 00.

Quando la carica è terminata, la cifra "00" si visualizza a sinistra del pittogramma cronometro.

Le pittogramma pila si visualizza a .

Quando si scollega il caricabatteria, il display si spegne.

Quando la pila è vuota , significa che la batteria è scarica.

## II. AVVIO DELL'APPARECCHIO

### PASSO 1: VISUALIZZAZIONE - MESSA IN TENSIONE

ATTENZIONE a la messa in funzione del vostro apparecchio(chiave rossa, )

Sostenere brevemente di 1 secondo su .

Tutti i pittogrammi sono visualizzati e lampeggiano per 3 secondi quindi lampeggiano i muscoli frontali.

Se sostenete troppo a lungo sul bottone, il vostro schermo tremolerà e vi indicherà la totalità dei pittogrammi che contiene.

Per fermarlo, sostenete brevemente su .

### PASSO 2: SELEZIONE DELLA O DELLE AREE MUSCOLARI DA STIMOLARE

Scelta prima area:

Il display visualizza "01", vale a dire che propone di scegliere una prima area muscolare.

- Se si desidera scegliere i muscoli frontali, convalidare con il tasto "OK".

- Se si desidera scegliere i muscoli dorsali, premere il tasto "D".

- Se si desidera tornare ai muscoli frontali, premere il tasto "Q".

Se sono stati scelti i muscoli frontali: La prima area muscolare inferiore lampeggia: quadricipiti.

Se sono stati scelti i muscoli dorsali: La prima area muscolare inferiore lampeggia: gemelli (polpacci).

Premere il tasto "D" per risalire e far scorrere le varie aree muscolari.

Per tornare indietro, premere il tasto "Q".

Una volta scelto il gruppo muscolare, convalidare con il tasto "OK".

Scelta seconda area :

Tutti i pittogrammi lampeggiano di nuovo e il display visualizza "02".  
Il display propone di scegliere una seconda area muscolare :  
Per scegliere una seconda area muscolare , convalidare di nuovo sia i muscoli frontali, sia i muscoli dorsali, convalidare "OK".  
Scegliere di nuovo un'altra area muscolare, quindi convalidare "OK".  
Se si desidera una sola area muscolare, premere il tasto "◀" e procedere al passo 3.  
La o le aree muscolari selezionate sono visualizzate.

PASSO 3 : SELEZIONE DEL PROGRAMMA

I programmi di sinistra (programmi SPORT ) si visualizzano e lampeggiano.  
Se si scelgono i programmi SPORT , convalidare "OK".  
Se si desidera scegliere i programmi SALUTE , premere il tasto "▶" e convalidare "OK".  
Far scorrere i programmi premendo il tasto "▶".  
Il display visualizza il primo pittogramma inferiore e visualizza simultaneamente in alto il numero del programma corrispondente.  
Per tornare indietro, premere il tasto "◀".  
A questo punto, si sono scelte la o le aree muscolari da stimolare e il programma.

PASSO 4 : SCELTA "FASE DI RISCALDAMENTO MUSCOLARE" E OPZIONE ALT SIM

(Unicamente per i programmi da  02 a  07).  
Il pittogramma  "FASE DI RISCALDAMENTO MUSCOLRE" lampeggia in alto a destra.  
Il display propone una fase di riscaldamento muscolare prima di incominciare la fase attiva del programma.  
Se si desidera sceglierla, premere il tasto "OK", altrimenti premere il tasto "◀" e convalidare "OK" (scompare dal display).  
Quindi il pittogramma  lampeggia.  
Per selezionare "ALT", premere il tasto "◀"; per selezionare "SIM", premere il tasto "▶", quindi convalidare "OK".  
Se la fase di riscaldamento è stata selezionata, "SIM", si visualizza all'inizio del programma poiché la fase di riscaldamento è obbligatoriamente in modo simultaneo.  
Il display visualizza :  
Il livello delle batterie, la durata della fase (conteggio in minuti), il pittogramma del cronometro, l'opzione "ALT" o "SIM" e la fase di riscaldamento se sono state selezionate.  
Il pittogramma del programma scelto è acceso, la o le aree muscolari scelte lampeggiano in alternanza.

PASSO 5 : LANCIO DEL PROGRAMMA - REGOLAZIONE DELLE INTENSITÀ

Quindi, premere i pulsanti "+" dei tasti d'intensità corrispondenti ai fili collegati agli elettrodi o alla cintura per incominciare il programma.  
Se la carica della batteria è bassa, si consiglia di non iniziare il programma.  
Il livelli della o delle potenze viene visualizzato nella parte inferiore del display.  
Le intensità variano durante la seduta in funzione del contenuto del programma.  
Una pressione lunga sul tasto "—", riporta rapidamente la potenza a 0.

PASSO 6 : SVOLGIMENTO DEL PROGRAMMA :

Uso del tasto "C" (Clear) :  
Durante il programma, una pressione sul tasto "C", durante lo svolgimento di una fase, ne riporta il tempo a 0.  
La fase seguente incomincia, eccetto se si è arrivati alla fine del programma. In tal caso, questo tasto permette di ritornare alla scelta della prima area muscolare (come una fine di programma normale).

Collegamento degli elettrodi in corso di programma :

Se un elettrodo si sconnette, il canale interessato si mette a  e lampeggia per 30 sec prima di tornare a  fisso.  
Durante questi 30 sec, è possibile ricollegare lo o gli elettrodi e rimettere la potenza al livello desiderato.

PASSO 7 : FINE DEL PROGRAMMA - ARRESTO IN CORSO DI PROGRAMMA

Al termine della seduta, il display propone di incominciare una nuova seduta, facendo lampeggiare i muscoli frontali per la scelta della prima area muscolare.  
Ricominciare la procedura di lancio, se si desidera continuare con un'altra area muscolare.  
Altrimenti, premere il tasto "⏻" per finire.  
L'apparecchio si mette in stand by dopo 5 minuti di inattività.

Raccomandazioni : scelta dei muscoli superiori e dei muscoli inferiori

Esiste una differenza fra i programmi dei muscoli superiori e quelli dei muscoli inferiori.  
Si raccomanda di non selezionare i muscoli superiori con i muscoli inferiori, poiché l'apparecchio darebbe la priorità ai muscoli superiori diminuendo sensibilmente il rendimento del lavoro sui muscoli inferiori.

III. USO DELL'APPARECCHIO

A / LA FUNZIONE ELETTRODI

Questa funzione permette di utilizzare gli elettrodi adesivi collegandoli all'apparecchio.

PASSO 1 :

Endere gli elettrodi e togliere con cura il supporto protettivo, umidificarli uno per uno applicando con la punta delle dita qualche goccia di acqua sul gel adesivo e attendere 2 minuti (Figura I. A pagina 3).

PASSO 2 :

Posizionare gli elettrodi sul corpo secondo lo schema II. A, B o C pagina 3.  
Tali posizionamenti sono indicati a titolo di esempio.

Importante :

Per un uso ottimale, leggere attentamente ogni pagina e tener conto degli esempi d'uso (fotos II. pagina 3).

| pi d'uso (Consultare fotos II. pagina 3)                                                                   |                                                       |                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| B = spina canale B (azzurra); C = spina canale C (arancio); SUP = membri superiori; INF = membri inferiori |                                                       |                                               |
| foto A - Pettorali                                                                                         | foto B - Spalle                                       | foto C - Trapezi                              |
| 1 - Grandi pettorali<br>Δ - Non porre gli elettrodi sull'area cardiaca                                     | 2 - Deltoide medio<br>3 - Posteriore<br>4 - Anteriore | 9 - Trapezio superiore<br>10 - Trapezio medio |

PASSO 3 :

Prendere il connettore (CEV8) (foto I-B pagina 3) e connetterlo :  
1° - agli elettrodi (foto I-C pagina 2)  
2° - quindi all'apparecchio (foto I-D pagina 3).

PASSO 4 :

Il caso è collegato a elettrodi grazie a connecteur costituita da 4 gruppi di 2 figlio di una lunghezza di 1 metro terminato da 2 gruppi di 4 fogli di connessione.  
È possibile fissare lo MULTISPORTPRO su vestiti o biancheria mediante la pinza clip.

PASSO 5 :

Avviare l'apparecchio secondo la procedura "Avvio dell'apparecchio" dettagliata nel paragrafo II precedente.  
Le contrazioni devono essere decise, ma non devono mai causare dolore.  
Se si avverte una sensazione sgradevole a livello degli elettrodi : riportare i pulsanti di potenza sul minimo, spostare l'elettrodo o gli elettrodi che fanno male ed aumentare di nuovo la potenza in modo progressivo.  
Una volta ottenute le buone regolazioni, lasciare lavorare l'apparecchio per tutta la durata del programma.

PASSO 6 :

Terminato il programma, scollegare gli elettrodi dal connettore (CEV8), quindi scollegare il connettore dall'apparecchio.  
Scoltare quindi con cura gli elettrodi, umidificarli leggermente con qualche goccia d'acqua e riporli sul relativo supporto. Conservare gli elettrodi adesivi in un sacchetto di plastica al fresco (comparto per verdure del frigorifero, ad esempio)

B / LA FUNZIONE CINTURA

La cintura multifunzionale può essere utilizzata intera o separata in due per formare 2 semicinture.  
La cintura intera deve essere utilizzata per gli addominali, i glutei, il fondoschiena.  
Separate, le 2 "semicinture" possono essere utilizzate sulle braccia, le cosce o i polpacci.  
La cintura multifunzionale è dotata di elettrodi integrati su cui viene spalmata la crema SPORT-ELEC®.  
La crema facilita il contatto fra gli elettrodi e la pelle.  
Le sue proprietà elettroconduttrici e massaggianti ottimizzano il comfort e l'efficacia della stimolazione.  
La crema può essere anche utilizzata in massage solo sul corpo.  
Se si desiderate riacquistare della crema, potete ordinarci direttamente al nostro sito Internet [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) o richiederli al vostro fornitore abituale.



**Non è possibile utilizzare la cintura senza la crema fornita.  
Non utilizzare creme diverse da quella fornita da SPORT-ELEC® INSTITUT**

#### PRECAUZIONI PER L'USO DELLA CREMA

- In caso di allergia, arrestare l'applicazione della crema.
- Non ingerire.
- Tenere la crema lontana dai bambini.
- In caso di contatto con gli occhi risciacquare con molta acqua.

#### PRESENTAZIONE DELLA CINTURA :

**Latto esterno : (foto III. A, pagina 4)**

1 = Attacchi centrali 2 = Vano fili 3 = Spine collegamento 4 = Striscia velcro

**Latto elettrodi : (foto III. B, pagina 4)**

4 elettrodi integrati

#### PASSO 1 : COLLEGAMENTO E POSIZIONAMENTO DELLA CINTURA.

- Verificare che l'apparecchio SPORT-ELEC® sia su ARRESTO
- Prendere il connettore (CEV8) (foto I-B pagina 2) e connetterlo :  
1 - alle spine della cintura per gruppo di colore (foto III - C pagina 4) quindi  
2 - all'apparecchio (foto III-D pagina 4)
- Applicare uno strato di crema di massaggio elettroconduttrice sugli elettrodi della cintura (parte convessa - foto III - E pagina 4).
- Porre la cintura o le 2 semicinture sulla o sulle aree da stimolare e regolare mediante la striscia velcro, in modo che gli elettrodi integrati siano in perfetto contatto con la pelle.  
Foto IV, pagina 4 : A = addominali B = schiena C = braccia D = cosce E = polpacci F = dorsali.  
Non esitare a spostare leggermente la cintura a sinistra o a destra (fare attenzione a spegnere previamente l'apparecchio) al fine di sentir e le contrazioni sull'insieme della fascia addominale.  
Se un elettrodo fa male o se si sentono dei pizzicori, si deve arrestare l'apparecchio e verificare che l'elettrodo è ben ricoperto di crema.

#### ASTUZIA :

- Posizionamento della cintura intera :  
Per posizionare la cintura intera nel modo migliore, incrociare le 2 strisce per portare le 2 estremità sulla parte velcro esterna (foto V. A pagina 4).
- Posizionamento della semicintura sul braccio :  
Regolare la semicintura alla dimensione del braccio prima di infilarla e ricominciare se necessario per adattarla nel modo migliore (foto V. B pagina 4)

#### PASSO 2 : AVVIO DELLA FUNZIONE CINTURA

Terminata la connessione dell'apparecchio, installarsi comodamente e avviare l'apparecchio secondo la procedura "Avvio dell'apparecchio" dettagliata nel paragrafo Il precedente.

#### PASSO 3 : ARRESTO DELLA FUNZIONE CINTURA

Terminato il programma, scollegare l'apparecchio dal connettore (CEV8) quindi scollegare il connettore dalla cintura.  
Togliere la crema rimanente sugli elettrodi integrati con un panno inumidito d'acqua, quindi asciugare.

## IV. CONSIGLI D'USO

L'apparecchio è raccomandato per i chinesiaterapisti nell'ambito della rieducazione funzionale.

- È possibile ricominciare il ciclo di un programma su un'altra area muscolare o cambiare il programma sulla stessa area muscolare, tuttavia senza superare 40 min di applicazione al giorno per ciascuna zona muscolare
- Per un uso ottimale, riferirsi agli schemi riprodotti nella presente istruzione
- Il modulo ed i cavi dell'apparecchio possono essere puliti con un panno inumidito con una soluzione antisettica (tipo Mercryl) diluita in acqua a 1/10
- Gli elettrodi adesivi possono essere reidratati prima e dopo l'uso con un agente antisettico (es: Hexomedine)
- Gli elettrodi adesivi devono essere riposti sul loro supporto e conservati in luogo fresco da +5°C a +10°C
- Gli elettrodi adesivi hanno una durata di vita di 40 utilizzazioni circa, non esitate ad ordinarli direttamente presso la sede della società o presso il vostro rivenditore abituale.  
SPORT-ELEC® Institut - 27520 BOURGTHÉROULDE - FRANCE. - +33 (0)2 32 96 50 50 - [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com).

#### PRECAUZIONI D'USO :

- Non utilizzare l'apparecchio sul viso
  - Non lasciare a portata dei bambini
- Chiedere consiglio al proprio medico :**
- in caso di impianti elettronici o metallici in modo generale (piastre, ecc.)
  - in caso di malattie della pelle (lesioni, ...)

#### AVVERTENZE :

- Non utilizzarla mentre si guida o si utilizzano macchinari.
- Non utilizzare l'apparecchio d'elettrostimolazione in un ambiente umido, bagno, sauna e a prossimità di apparecchi elettrici collegati alla rete e alla terra, o tubature collegate alla terra.
- La connessione simultanea di un paziente ad un apparecchio chirurgico ad alta frequenza può provocare ustioni nei punti di contatto degli elettrodi dello stimolatore e lo stimolatore può essere eventualmente danneggiato.
- Il funzionamento a prossimità immediata di un apparecchio di terapia a onde corte può provocare instabilità della potenza d'uscita dello stimolatore.

#### RACCOMANDAZIONI :

Quando l'apparecchio dovrà essere smaltito, i regolamenti nazionali in materia dovranno essere rispettati. Vi ringraziamo di depositare l'apparecchio in un centro di raccolta specializzato per garantirne lo smaltimento in modo sicuro e nel rispetto dell'ambiente.



#### CONTROINDICAZIONI :

**Non utilizzare l'apparecchio SPORT-ELEC®:**

- Sull'area cardiaca
- Se portate uno stimolatore cardiaco (pacemaker)
- In caso di gravidanza
- Dopo il parto, attendere 6 settimane prima di utilizzare l'apparecchio
- In caso di malattie neuromuscolari
- In caso di malattie emorragiche

#### CONSIGLI PER LA MANUTENZIONE E LA PULIZIA DELLA CINTURA :

- ATTENZIONE: La lavatrice e l'abbondanza di acqua, asciugatrice e ferro da stiro sono vietate
- Non utilizzare candeggina
- Pulire la cintura con una spugna inumidita di detergente, quindi asciugare con un panno
- Pulire il modulo con un panno inumidito di soluzione antisettica (tipo Mercryl) diluita in acqua a 1/10
- Pulire gli elettrodi con una soluzione di acqua e detergente ipoallergenico, quindi sciacquare con cura

#### CAMPO ELETTRICO IRRADIATO :

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frequenza (MHz) | Campo elettrico a 3m.<br>(dB(μV/m)) |
|-----------------|-------------------------------------|
| 200,0           | < 30                                |
| 400,0           | < 30                                |
| 600,0           | < 30                                |
| 800,0           | < 30                                |
| 1000,0          | < 30                                |

**INFO CONSO : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. CARATTERISTICHE TECNICHE

### APPARECCHIO :

|                                                                 |                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo di corrente .....                                          | Bifase                                                                                                              |
| Numero di programmi.....                                        | 8 programmi "SPORT" - 6 programmi "SALUTE"                                                                          |
| Numero di variazioni di programma (o fasi).....                 | 344                                                                                                                 |
| Numero di uscite indipendenti regolabili .....                  | 4                                                                                                                   |
| Intensità massima per una carica da 500 $\Omega$ / canale ..... | 100 mA / 500 Ohms / canale                                                                                          |
| Intervallo di frequenza.....                                    | Da 0,25 a 160 Hz                                                                                                    |
| Intervallo di larghezza d'impulso.....                          | Da 70 a 360 $\mu$ s                                                                                                 |
| Alimentazione 4,8 V - 1300 mAh.....                             | Batterie ricaricabili NI-MH                                                                                         |
| Alimentazione rete : THA239025.....                             | 230 Vac / 50 Hz - 9 Vac 250 mA / CI II (EN 60601-1)                                                                 |
|                                                                 | Utilizzare solo ed esclusivamente il cavo di alimentazione settore fornito con l'apparecchio.                       |
| Dimensioni e peso dell'apparecchio.....                         | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                           |
| Arresto automatico alla fine di ogni programma.....             | SI                                                                                                                  |
| Sicurezza all'avvio.....                                        | 100%                                                                                                                |
| Conservazione: gamma di temperatura.....                        | 0°C a + 45°C                                                                                                        |
| Conservazione: Umidità relativa.....                            | 10% a 90%                                                                                                           |
| Funzionamento: gamma di temperatura.....                        | + 5°C a + 45°C                                                                                                      |
| Funzionamento: Umidità relativa.....                            | 20% a 65%                                                                                                           |
| Classifica.....                                                 | Tipo BF                                                                                                             |
| Attenzione.....                                                 | ⚠ Leggere attentamente l'istruzione                                                                                 |
| Norme.....                                                      | CE 0459 (93/42/CEE) - Relative agli apparecchi medici.                                                              |
| RoHS.....                                                       | RoHS (2002/95/EC) - Gli apparecchi sono fabbricati esclusivamente con materiali senza impatto nocivo sull'ambiente. |
| Garanzia.....                                                   | 2 anni                                                                                                              |

### CINTURA :

|                          |                                                                            |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Taglia.....              | Taglia unica (circa 150 cm di lunghezza)<br>(ossia 2 semicinture da 75 cm) |
| Peso.....                | 150 g                                                                      |
| Tessuto.....             | Poliestero laminato su schiuma                                             |
| Elettrodi integrati..... | Silicone carbonaceo                                                        |
| Durata stimata.....      | circa 12 mesi                                                              |

### CREMA ELETTROCONDUTTRICE:

|                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| Imballaggio.....             | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Riferimento fabbricante..... | VC 57B/53-148      |

### ELETTRODI :

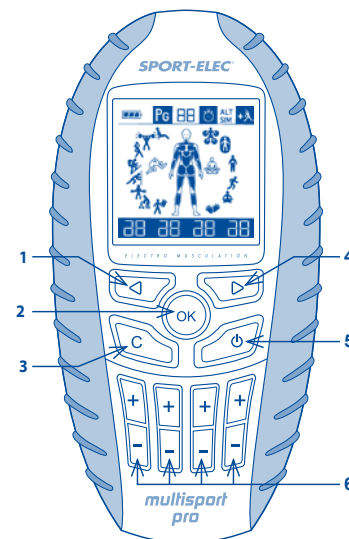
|                     |                                    |
|---------------------|------------------------------------|
| Elettrodi.....      | adesivi idrofili ed ipoallergenici |
| Dimensioni.....     | 89 x 50 mm                         |
| Norma.....          | CE (93/42/EEC)                     |
| Durata stimata..... | limitata a 40 utilizzi             |

### GARANZIA :

La cintura, la crema e gli elettrodi sono destinati ad un uso personale.  
Per ragioni igieniche, non possono essere né ripresi, né scambiati.

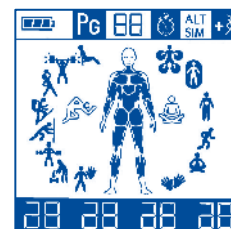
Made in P.R.C.

## BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT MULTISPORTPRO (4 KANALEN)



- 1 Linker toets : hiermee kan je een keuze maken
- 2 Toets OK : toets om je keuze te bevestigen
- 3 Toets C (clear) : laat toe om terug te keren, ook na de bevestiging
- 4 Rechter toets : is de toets waar je je programma kan kiezen en ook je spiergroep
- 5 Toets ON/OFF : schakelt het toestel in en uit
- 6 4 Toetsen om de sterkte te regelen :  
+ : Verhoogt de sterkte / van niveau 1 tot 30  
- : Vermindert de sterkte / van niveau 30 tot 1

## BESCHRIJVING VAN HET SCHERM



- Lichtniveau van de batterij
- Toont de nummer van het gekozen, programma
- Toont de resterende tijd van het programma
- Optie voor afwisselende spierwerking (keuzemogelijkheid op de programma's van Pg 01 tot Pg 08). U kiest om twee spiergroepen afwisselend te laten werken.
- Optie voor het gelijktijdig werken van spiergroepen (standaardkeuze). U kiest om twee spiergroepen gelijktijdig te laten werken.
- "Warm-up" fase inschakelen of niet
- Sportprogramma
- Gezondheidsprogramma

## DE PROGRAMMA'S



### SPORTPROGRAMMA'S

#### VOORBEREIDING VAN DE HUID

Afname van de belemmering van de huid.  
Voorbereiding van de huid door de verspreiding van de stromingen aangegeven in het programma.  
**Duur:** 2 minuten per actieve fase

#### HERSTELLEN VAN HET SPIERVOLUME

In dit programma voorkomt u het verlies van spiermassa en strijdt u tegen het verlies van spiermassa dat, in het algemeen, te wijten is aan het niet-gebruiken van een bepaald lichaamsdeel of na een periode van immobilisatie.  
**Duur:** 40 min. per actieve fase + 6 min. herstel

#### VERSTERKEN VAN HET SPIERVOLUME

Dit programma kan enkel toegepast worden op de spieren die een normale spiermassa hebben. PG04 en PG05 laten toe de spierkracht te ontwikkelen.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase + 6 min. uitrusten

#### SPIERWEERSTAND

Het aanbod van de stimulatie frequentie beoogt het verhogen van de ondersteuning van de spierspanning.  
**Duur:** 30 min. per actieve fase + 6 min. herstel



### GEZONDHEIDSPROGRAMMA'S

#### MASSAGE

De frequenties gaan hier geleidelijk aan van 3 tot 10 Hz, voor een optimaal masserend effect.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### SPIERONTSPANNING

Dankzij het overgang tussen de frequenties 0,25 naar 3,5 Hz laat dit programma toe dat de spieren sneller herstellen.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### ACTIEVE RECUPERATIE

Dit programma gebruik je onmiddellijk na intense inspanningen. Het geheel van de frequenties opgewekt door PG11 zorgen voor het behoud van de spierspanning, ze komen ook ten goede aan een verhoogde bloedsdoorstroom en het vrijkomen van endorfine. Elk van deze reeksen wordt afgewisseld door ontspanning.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### UITHOUDING VAN DE SPIERMASSA

Na de aankoop van de PG04, dat belangrijke inspanningen te ondersteunt, ontdekt u dat het programma van de PG05 het toelaat de duur van de intense spierspanningen te handhaven door een maximale stimulering van de trage vezels.  
**Duur:** 30 min. per actieve fase + 6 min. herstel

#### ONDERHOUD VAN DE SPIEREN

Door dit programma kan je het bereikte niveau van uithoudingsvermogen, van weerstand en van spiermassa handhaven.  
**Duur:** 30 min. per actieve fase + 6 min. uitrusten

#### EXPLOSIEVE KRACHT

Dit programma is een logische voortzetting van PG03 en PG04. Het laat toe om de maximale spierkracht te bereiken door de vezels zeer snel te stimuleren; de intensiteit van de contracties moeten maximaal zijn.  
**Duur:** 30 min. per actieve fase + 6 min. herstel

#### RECUPERATIE

Dankzij het overgang tussen de frequenties 0,5 en 8 Hz laat dit programma toe dat de spieren sneller herstellen door ontspannende werking, endorfine en verhoogde bloedsdoorstroom.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### TENS

Door een elektrische zenuwstimulatie heeft dit programma een pijnstillende werking; er is een progressieve variatie van de frequenties. De elektroden moeten geplaatst worden op de pijnlijke plaats.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### ENDORFINE

Dankzij het overgang tussen de frequenties 40 naar 160 Hz, laat dit programma toe om op een doeltreffende wijze de spierspanningen te verlichten.  
**Duur:** 20 min. per actieve fase

#### DOORBLOEDING

Dit programma verlicht het gevoel van zware benen.  
**Duur:** 26 min. per actieve fase

## AANDACHTIG TE LEZEN VOOR HET GEBRUIK VAN HET TOESTEL

- U hebt een professioneel, efficiënt en krachtig apparaat gekocht.  
Neem de tijd om te weten hoe het precies werkt.  
1 - Lees aandachtig de gebruiksaanwijzing  
2 - Laad het apparaat op alvorens het te gebruiken (zie volgend pagina's)  
3 - Test uw apparaat op uw vierhoofdige dijspier volgens de snelle testprocedure hieronder

## SNELLE TEST BETREFFENDE DE WERKING

### TEST UW TOESTEL OP UW HAMSTRINGSPIEREN.

- 1 - Neem een 1/2 gordel, breng een laag crème aan op de geïntegreerde elektroden (foto III-E pagina 3) of neem 2 zelfklevende elektroden en maak ze vochtig (foto I-A pagina 2)
- 2 - Sluit ze aan op het eerste kanaal (2 pluggen van dezelfde kleur op 2 andere pluggen van dezelfde kleur).
- 3 - Schakel het toestel in door op "⚡" te drukken en druk dan 6X na mekaar op toets "OK".
- 4 - Verhoog geleidelijk aan de sterkte op dit kanaal.
- 5 - Na deze kennismaking weet u welke de gebruiksmogelijkheden zijn van uw nieuw toestel

## I. LADING VAN DE BATTERIJEN

Het toestel is voorzien van herlaadbare batterijen, het is dus nodig om, na de aankoop en vóór het eerste gebruik, de batterijen gedurende 12 uren op te laden door het aansluiten op de voedingssector.  
Het is niet mogelijk om het toestel te gebruiken tijdens het opladen van de batterijen.  
Indien u het toestel gedurende lange tijd niet gebruikt, moet u de batterijen alle 4 maanden opnieuw opladen.  
Het toestel gaat automatisch in 'stand-by' als de batterijen leeg zijn, zo wordt de veiligheid verzekerd tegen elke onregelmatige ontleding.  
Om het toestel op te laden, sluit de lader (die voorzien is) aan op het toestel (foto I-E pagina 2)

### WEERGEVEN VAN DE LADING VAN DE BATTERIJEN

Gedurende het opladen van de batterij toont het batterijenlampje de stand van de lading :  "  "  ".  
Het aftellen van de ladingstijd van 12 tot 00 begint.  
Eens het opladen voltooid, dan ziet u links van de chronometer het cijfer 00, het batterijpictogram toont "  ".  
Als de lader wordt ontkoppeld gaat het scherm uit.  
Bij een lege batterij staat er "  ".

## II. HET IN WERKING ZETTEN VAN HET TOESTEL

### STAP 1 : BEELDSCHERM - AANZETTEN

Let op bij het opstarten : een korte druk van maximum 1 seconde op "⚡" (rode toets).  
Al de pictogrammen verschijnen gedurende 3 seconden en verdwijnen dan ; de spierpictogrammen knipperen  
Als u te lang drukt, gaat het scherm knipperen en toont alle mogelijke programma's die het bevat.  
Om te stoppen : druk kort op "⚡".  
Om terug naar het menu te gaan moet u de toets "C" ingedrukt houden, ofwel twee korte drukken op "⚡"

### STAP 2 : KEUZE VAN DE STIMULERENDE SPIERZONE(S)

- **Keuze van de 1ste spierzone :**  
Het scherm toont "01", hij stelt u voor om een eerste spierzone te kiezen.  
- Indien u de voorste spieren kiest, bevestig met de toets "OK".  
- Indien u kiest voor des rugspieren, druk dan op de toets "D".  
- Om terug te keren naar de voorste spieren, druk op "C".  
Als u kiest voor de voorste spieren: de eerste spierzone van de lage spieren knippert: de hamstrings.  
Als u kiest voor de rugspieren: de eerste spierzone van de lage spieren knippert : de kuitspieren.  
Druk, op de toets "D" om de verschillende spierzones te zien.  
Om terug te keren, druk op toets "C".  
Hebt u de spiergroep gekozen, druk dan op toets "OK".

#### • Keuze van de 2de spierzone :

Al de pictogrammen knippen opnieuw en op het scherm verschijnt "02".

Het scherm stelt voor om een 2de spierzone te kiezen :

Om een tweede spierzone te kiezen, bevestig dan opnieuw uw keuze: ofwel de spieren aan de voorzijde, ofwel de spieren aan de rugzijde ; bevestig dit door druk op "OK".

Kies een nieuwe spierzone en bevestig door druk op "OK".

Indien u enkel voor één spierzone kiest, druk dan op toets "◀" en ga naar stap 3.

De gekozen spierzone(s) verschijnt (verschijnen) op het scherm.

#### STAP 3 : HET SELECTEREN VAN EEN PROGRAMMA

De programma's aan de linkerkant ( sportprogramma's) verschijnen al knipperend op het scherm.

Indien u opteert voor het " Sportprogramma": bevestig op "OK".

Indien u opteert voor het " Gezondheidsprogramma": druk op "▷" en bevestig op "OK".

Bekijk de programma's door druk op toets "▷".

Op het scherm verschijnt het eerste pictogram onderaan en gelijktijdig verschijnt bovenaan het corresponderend nummer van het overeenkomstig programma.

Indien u wil terugkeren druk dan op toets "◀".

U hebt nu de spierzone(s) bepaald die gestimuleerd moeten worden en het overeenkomstig programma.

#### STAP 4 : KEUZE VAN DE WARM-UP FASE EN DE OPTIE ALT/SIM

(enkel voor de programma's 02 tot 04).

Het pictogram " WARM-UP FASE" knippert boven rechts.

Het toestel presenteert u een opwarmingsfase alvorens te beginnen met het actieve deel van het programma.

Indien u een selectie wil uitvoeren druk dan op "OK", of druk op de toets "◀" en bevestig "OK" (zij verdwijnt van het scherm).

Het programma "ALT/SIM" knippert.

Om "ALT" (afwisselend) te kiezen, druk op toets "◀", om "SIM" (gelijktijdig) te kiezen, druk op toets "▷", en bevestig met "OK".

Indien u de "warm-up" gekozen hebt, toont "SIM" de start van het programma ; de warm-up fase is noodzakelijkerwijs een gelijktijdige functie.

Het scherm toont : het niveau van de batterij, de duur van de sessie (wordt per minuut afgeteld), het pictogram van de chronometer, de optie "ALT" of "SIM" warm-up fase indien u deze hebt gekozen.

De pictogrammen van de gekozen programma's zijn verlicht, de gekozen spierzone(s) knippen afwisselend.

#### STAP 5 : STARTEN – REGELEN VAN DE INTENSITEIT

Druk vervolgens op de toets "+" de intensiteitstoetsen (stemmen overeen met de draden van de elektroden of van uw accessoires om uw programma te doen starten).

Bij een zwakke batterij is het aangeraden om het programma niet te starten.

De sterkteniveau's verschijnen aan de onderzijde van het scherm. De intensiteit varieert gedurende de sessie volgens het verloop van het programma.

Een langere druk op de "—" toets, brengt de sterkte snel terug naar 0.

#### STAP 6 : VERLOOP VAN HET PROGRAMMA

• Het gebruik van de toets "C" (Clear) :

Gedurende het verloop van dit programma kan een korte druk op toets "C" de tijd opnieuw op nul zetten.

Een volgende fase begint behalve indien u op het einde van een programma bent.

In dit geval laat deze toets toe om terug te gaan naar de 1ste spiergroep (zoals een normaal einde van een programma)

• Het ontkoppelen van de elektroden tijdens het programma :

Als een van de elektroden ontkoppeld is, springt het overeenkomstig kanaal op "00" en knippert het gedurende 30 seconde alvorens het op "00" blijft staan.

Tijdens deze 30 seconden is het mogelijk om de elektroden opnieuw aan te sluiten en de gewenste sterkte in te schakelen.

#### STAP 7 : EINDE VAN HET PROGRAMMA - STOPPEN

Op het einde van de sessie ziet u op het scherm een mogelijkheid voor het starten van een nieuwe sessie, door het knipperlichtje, om de 1ste spiergroep te kiezen

Herhaal de startprocedure indien u met een andere spiergroep wil verdergaan

Anders drukt u op "⏻" om te stoppen.

Het toestel schakelt over in stand-by na 5 minuten tijd.

#### AANBEVELINGEN : KEUZE TUSSEN DE BOVENLIGGENDE- EN DE ONDERLIGGENDE SPIEREN

Er is een verschil in de programma's voor de bovenliggende en deze voor de onderliggende spieren.

Het wordt aanbevolen om niet gelijktijdig de bovenliggende- en de onderliggende spieren te kiezen, het toestel zou voorrang geven aan de bovenliggende spieren en daardoor aanzienlijk het rendement van de onderliggende spieren verminderen.

## III. GEBRUIK VAN HET TOESTEL

### A / DE ELEKTRODEN

Hier kan je de zelfklevende elektroden gebruiken door ze aan te sluiten op het toestel.

#### STAP 1 :

Neem de elektroden en verwijder voorzichtig de steun die hen beschermt, maak ze één voor één nat door met de vingers enkele druppeltjes water op de zelfklevende gel te doen ; wacht 2 minuten doen (schema I-A pagina 3).

#### STAP 2 :

Plaats uw elektroden in functie van het gekozen programma (volgens het schema II-A of B of C pagina 3 : de plaatsen zijn indicatief vermeld)

Belangrijk : voor een optimaal gebruik, leest u best eerst elk blad en houdt u rekening met de gebruikte voorbeelden (foto's II pagina 2).

| Gebruiksvoorbeelden (foto's II pagina 3)                                                                   |                                                                |                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| B = kanaalplug B (blauw) ; C = kanaalplug C (oranje) ; SUP = bovenste ledematen ; INF = onderste ledematen |                                                                |                                                                |
| foto A - Borst                                                                                             | foto B - Schouders                                             | foto C - Monnikskapspier                                       |
| 1 - Grote borstspier<br>⚠ Plaats de elektroden niet op de hartstreek                                       | 2 - Deltaspier<br>3 - Achterste spieren<br>4 - Voorste spieren | 9 - Bovenste monnikskapspier<br>10 - Middelste monnikskapspier |

#### STAP 3 :

Neem de stekker (CEV8) (foto I-B pagina 3) en sluit hem aan :

1° - op de elektroden (foto I-C pagina 3)

2° - dan op het toestel (foto I-D pagina 3).

#### STAP 4 :

De doos is aangesloten op de elektroden dankzij de stekker die uit 4 groepen van elk 2 draden bestaat die een lengte heeft van 1 meter en die opnieuw eindigt in 2 groepen van 4 pluggen.

U kan uw SPORT-ELEC\* vasthechten op de achterzijde van de gordel of op uw kledingstuk of ondergoed dankzij het klemmetje.

#### STAP 5 :

Zet uw toestel aan volgens de instructies "Het in werking stellen van uw toestel", goed gedetailleerd weergegeven in paragraaf II. De spiercontracties mogen stevig- , maar nooit pijnlijk zijn.

Indien u onaangename gewaarwordingen hebt ter hoogte van de elektroden : regel dan op de kleinste sterkte, verplaats de elektroden en verhoog geleidelijk aan de sterkte opnieuw.

Als alles goed ingesteld is, laat uw toestel dan het werk doen gedurende de ganse programmatijd.

#### STAP 6 :

Het programma is afgelopen, ontkoppel de elektroden van de stekker (CEV8), dan deze van het toestel.

Maak voorzichtig de elektroden los, bevochtig ze lichtjes met water en plaats ze opnieuw op de voorziene vakjes. Berg de zelfklevende elektroden op in een plasticzak en leg ze op een frisse plaats (eventueel in het groentebakje van de koelkast).

### B / DE MULTIFUNCTIONELE GORDEL

De multifunctionele gordel kan in zijn geheel gebruikt worden, ofwel gescheiden in 2 halve gordels.

De volledige gordel kan je gebruiken voor de buik, de dijen en de rug.

De 2 halve gordels kan je gebruiken op je armen, je benen en je dijen.

De multifunctionele gordel bevat geïntegreerde elektroden waarop u de SPORT-ELEC\* crème moet aanbrengen.

De crème bevordert het contact tussen de huid en de elektroden.

Zijn masserende en elektro-geleidelijke eigenschappen bevorderen de facilitéit van het gebruik en de doeltreffendheid van de stimulatie.

De crème kan ook alleen gebruikt worden om het lichaam te masseren.

Indien u een nieuwe tube crème nodig heeft, kan u deze bestellen via onze winkel op de site : [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), of richt u tot uw gebruikelijke verkoper.



**U mag de gordel nooit gebruiken zonder crème.**

**Gebruik geen andere crème dan deze die geleverd wordt door SPORT ELEC\* INSTITUT.**

## VOORZORGEN BIOJ HET GEBRUIK VAN DE CRÈME

- Stop met het gebruik van de crème in geval van allergie.
- Niet inslikken.
- Buiten het bereik van kinderen houden.
- Bij oogcontact : overvloedig spoelen met water.

## PRESENTATIE VAN DE GORDEL :

### • Voorzijde : (foto III-A pagina 4)

① = Centrale bevestigingsmiddelen ; ② = Plaats voor de draden ; ③ = Aansluitingspluggen ; ④ = Klittenband

### • Zijde van de elektroden : (foto III-B pagina 4)

4 geïntegreerde elektroden

## STAP 1 : AANSLUITING EN PLAATSEN VAN DE GORDEL

- Controleer of het toestel SPORT-ELEC\* uitgeschakeld is.
- Neem de stekker (CEV8) (foto I-B pagina 3) en sluit hem aan :
  - Op de pluggen van de gordel per kleurgroep (bv : de blauwe pluggen met de zwarte pluggen, de oranje pluggen met de grijze pluggen...) (foto III- C pagina 4).
  - Dan op het toestel aansluiten ( foto III- D pagina 4).
- Breng een dikke laag massagecrème aan (elektro- geleidend) op de geïntegreerde elektroden van de gordel (het gebogen deel - foto III- E pagina 4)
- Plaats de gordel of de 2 halve gordels op de te behandelende plaatsen door middel van de zelf-plakkende strip, let op dat de geïntegreerde elektroden zodanig worden geplaatst dat er een goed contact is met de huid (foto's IV pagina 4 : A = buikspieren, B = lumbale rugspieren, C = armen, D = dijen, E = kuiten, F = rug).
- Verplaats gerust de gordel een beetje naar links of rechts om de contracties over heel de buikstreek te kunnen voelen (maar zorg wel dat het toestel uitgeschakeld is !).
- Indien u een pijn voelt of onaangename prikkelingen voelt, schakel het toestel dan uit en controleer of er voldoende crème op de elektroden zit.

### HINT :

- Bij het plaatsen van de gordel in zijn geheel: om de gordel goed te kunnen plaatsen is het goed om de 2 banden, te kruisen en de uiteinden op de klittenband te bevestigen aan de buitenkante (foto's V - A, B pagina 4).
- Plaats de halve gordel om de arm : regel de lengte van de gordel volgens de maat van uw arm alvorens hem te bevestigen, indien nodig moet u bijregelen (foto's V - C, D pagina 4).

## STAP 2 : HET IN WERKING STELLEN VAN DE GORDEL

Als u toestel aangesloten is, kan u rustig gaan zitten of liggen. Zet uw toestel aan volgens de instructies "Het in werking stellen van uw toestel", goed gedetailleerd weergegeven in paragraaf II.

## STAP 3 : STOPPEN VAN DE WERKING VAN DE GORDEL

Eens het programma beëindigd, schakel dan het toestel uit van de stekker (CEV8) en van de gordel. Verwijder de overtollige crème op de elektroden met een vochtig doekje in water gedrenkt, dan goed drogen.

## IV. RAADGEVINGEN BIJ HET GEBRUIK

Het toestel wordt warm aanbevolen door de fysiotherapeuten bij functionele re-educatie.

- Het is mogelijk om : ofwel de cyclus opnieuw te beginnen op een andere spiergroep, ofwel een ander programma te kiezen en toch op dezelfde spiergroep blijven ; u moet echter weten dat de toepassing de 40 minuten niet mogen overschrijden (de actieve fase) en dit per spiergroep en per dag.
- Laat u leiden door de schema's in deze brochure om een optimaal gebruik te verzekeren.
- De doos en de kabels van het toestel kan u proper maken met een vochtige doek gedrenkt in een ontsmettende vloeistof (type Mercryl) aangelengd met water (1/10de).
- De zelfklevende elektroden mogen opnieuw gehydrateerd worden met een ontsmettend middel (bv: Hémoméline) voor en na het gebruik.
- De zelfklevende elektroden moeten terug in hun vakjes geplaatst worden en op een frisse plaats opgebergd worden (+5°C tot +10°C).
- De zelfklevende elektroden kunnen ongeveer 40 maal gebruikt worden dit is hun levensduurte ; vervang ze dan door ze te bestellen in onze winkel via de website: [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), of richt u tot uw gebruikelijke verkoper

### VOORZORGEN BIJ HET GEBRUIKS

- Gebruik het toestel niet in het aangezicht
- Buiten het bereik van kinderen houden
- Raadpleeg uw arts in geval van :**
  - het dragen van elektronische of metalen implantaten (platen, schroeven...)
  - huidziekten (wonden...)

### WAARSCHUWINGEN :

- Gebruik het toestel niet gelijktijdig met het rijden met, of het gebruik van een machine.
- Gebruik uw apparaat niet in een vochtige omgeving , in een badkamer, een sauna, of dicht bij elektrische toestellen die aangesloten zijn op een stroomnet en op aardleiding ; zelfs een verbinding op aardleiding door middel van een buis.
- Het gelijktijdig aansluiten van een patiënt op een chirurgisch apparaat dat op hoge frequentie staat, kan aanleiding geven tot brandwonden die zo sterk kunnen zijn dat zelfs de uiteinden van de stimulerende elektroden kunnen beschadigd worden.
- De nabijheid van een ander therapeutisch wave-toestel in werking, kan leiden tot instabiliteit van het vermogen van de stimulator.

### AANBEVELINGEN :

Wil u zich ontdoen van het toestel, houd dan rekening met de nationale wetgeving in verband met het ecologisch behoud. We zijn u erkentelijk indien u het toestel deponere op de voorziene plaats.



### CONTRA-INDICATIES

Gebruik het SPORT-ELEC\* toestel niet:

- Op de hartstreek.
- Indien u drager bent van een hartstimulator (pacemaker).
- In geval van zwangerschap.
- Na een bevalling best 6 weken wachten alvorens het toestel te gebruiken.
- In geval van neuromusculaire ziekten.
- In geval van hemorrhagie.

### RAADGEVINGEN VOOR HET ONDERHOUD EN HET REINGEN VAN DE GORDEL

- **LET OP :** het is VERBODEN om de gordel te wassen in de was-machine of in veel water, in de droogkast te steken en te strijken
- Geén droogkuis
- Geén bleekwater gebruiken
- Reinig de gordel met een vochtige spons gedrenkt in een sopje en droog af met een propere doek.
- Reinig de doos met een vochtige doek gedrenkt in een ontsmettende oplossing (type Mercryl) aangelengd met water (tot 1/10de).
- Reinig de geïntegreerde elektroden met een mengsel van water + hypoallergeen detergent, spoel dan overvloedig.

### ELEKTRISCH VELD EN55011 / EN60601-2-10

| Frequentie (MHz) | Elektrisch veld tot 3 meter (dB(µV/m)) |
|------------------|----------------------------------------|
| 200,0            | < 30                                   |
| 400,0            | < 30                                   |
| 600,0            | < 30                                   |
| 800,0            | < 30                                   |
| 1000,0           | < 30                                   |

**INFO CONSO : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. TECHNISCHE KENMERKEN

### HET TOESTEL :

|                                                                  |                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Stroomtype.....                                                  | Bi fase                                                                                                                                |
| Aantal programma's.....                                          | 8 "SPORT" programma's - 6 "GEZONDHEIDS" programma's                                                                                    |
| Aantal variaties binnen de programma's (of fazen).....           | 344                                                                                                                                    |
| Aantal regelbare zelfstandige kanalen.....                       | 4                                                                                                                                      |
| Maximale intensiteit op een lading van 500Ω / kanaal.....        | 100 mA / 500 Ohms / kanaal                                                                                                             |
| Frequentiebereik.....                                            | van 0,25 tot 160 Hz                                                                                                                    |
| Bereikbreedte van de slagen.....                                 | van 70 tot 360 μs                                                                                                                      |
| Voeding 4,8V- 1300 mAh.....                                      | oplaadbare batterij Ni-MH                                                                                                              |
| Netstroom (Ref THA239025).....                                   | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA - Klasse II- Volgens de norm EN 60601-1 – Gebruik enkel de netstroom die met het toestel werd geleverd. |
| Afmetingen en gewicht van het toestel.....                       | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                                              |
| Automatisch stopzetten bij het einde van elk programma.....      | ja                                                                                                                                     |
| Ontsteking veiligheid.....                                       | 100%                                                                                                                                   |
| Temperatuur voor het opbergen / Relatieve vochtigheidsgraad..... | 0°C à + 45°C / 10% tot 90%                                                                                                             |
| Temperatuur bij het gebruik / Relatieve vochtigheidsgraad.....   | + 5°C à + 45°C / 20% tot 65%                                                                                                           |
| Classificatie.....                                               | type BF                                                                                                                                |
| Let op !.....                                                    | Lees aandachtig de bijsluiter                                                                                                          |
| Markering CE met betrekking tot de medische hulpmiddelen.....    | CE 0459                                                                                                                                |
| RoHS.....                                                        | De toestellen werden vervaardigd uit materiaal dat niet nadelig is voor het milieu en de ecologie.                                     |
| Garantie.....                                                    | 2 jaar                                                                                                                                 |

### DE GORDEL

|                               |                                                         |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------|
| lengte.....                   | ongeveer 150 cm lang<br>(of 2 halve gordels van 75 cm). |
| Gewicht.....                  | 150 g                                                   |
| Stof.....                     | polyester gelamineerd op schuim                         |
| Geïntegreerde elektroden..... | carbone silicone                                        |
| Geschatte levensduur.....     | ongeveer 12 maanden                                     |

### DE CONTACTCRÈME

|                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| Verpakking.....     | 75 ml / 2,54 fl Oz |
| Ref. fabrikant..... | VC 57B/53-148      |

### DE ELEKTRODEN

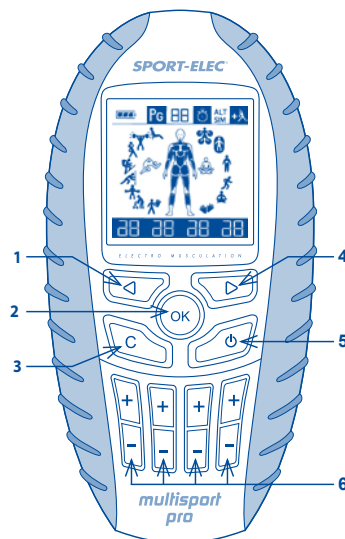
|                           |                                         |
|---------------------------|-----------------------------------------|
| Elektroden.....           | Hydrofiel en hypoallergene zelfklevende |
| Dimensies.....            | 89 x 50 mm                              |
| Norm.....                 | (93/42/ EEC)                            |
| Geschatte levensduur..... | beperkt tot 40 maakt gebruik van        |

### GARANTIE :

De gordel , de crème en de elektroden zijn bestemd voor persoonlijk gebruik.  
Om hygiënische redenen kunnen ze niet worden teruggenomen of gereuild worden .

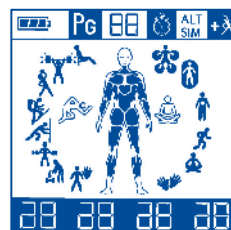
Made in P.R.C.

## DESCRIÇÃO DO APARELHO MULTISPORTPRO (4 CANAIS)



- 1 Tecla esquerda : permite voltar atrás ou seleccionar uma outra opção
- 2 Tecla OK : botão de validação após cada uma das opções
- 3 Tecla C (clear) : permite voltar atrás depois de ter validado uma opção
- 4 Tecla direita : botão de selecção das opções (programas, zonas musculares
- 5 Tecla ON/OFF : liga e desliga o aparelho
- 6 4 teclas :  
+ : para aumentar a potência / nível 1 a 30  
- : para diminuir a potência / nível 30 a 1

## DESCRIÇÃO DO ECRÃ



- Sinalizador do nível das baterias
- Exibe o número do programa escolhido
- Exibe a contagem do tempo
- Opção músculos alternados (escolha possível nos programas Pg 01 a Pg 08). Para trabalhar 2 grupos musculares alternadamente.
- Opção músculos simultâneos (escolha por defeito). Para trabalhar 2 grupos musculares simultaneamente.
- Fase de aquecimento a activar ou não
- Programas desporto
- Programas saúde

## OS PROGRAMAS



### PROGRAMAS DESPORTO

#### **Pg 01** PREPARAÇÃO CUTÂNEA



Baixa a impedância da barreira cutânea. Prepara a pele para a difusão das correntes emitidas pelos programas.

**Duração:** 2 min de fases activas

#### **Pg 02** RECUPERAÇÃO DO VOLUME MUSCULAR



Este programa permite prevenir e combater a perda de volume muscular geralmente devida à inactividade de um membro ou após um período de imobilização.

**Duração:** 40 min de fase activa + 6 min de recuperação

#### **Pg 03** REFORÇO DO VOLUME MUSCULAR



Este programa só pode ser aplicado a músculos que apresentem um volume normal. Os programas PG04 e PG05 permitem desenvolver a força muscular.

**Duração:** 20 min de fase activa + 6 min de recuperação

#### **Pg 04** RESISTÊNCIA MUSCULAR



A gama de frequências de estimulação visa aumentar a capacidade de resistência a esforços musculares importantes.

**Duração:** 30 min de fase activa + 6 min de recuperação



### PROGRAMAS SAÚDE

#### **Pg 09** MASSAGEM



Este programa é constituído de frequências variando progressivamente de 3 a 10 Hz para um efeito de massagem ideal.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 10** MIO-RELAXANTE



Grças à varredura de frequências de 0,25 a 3,5 Hz, este programa permite que os músculos relaxem mais rapidamente.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 11** RECUPERAÇÃO ACTIVA



Este programa deve ser utilizado imediatamente após a realização de esforços intensos. O conjunto das frequências geradas pelo PG11 permite manter um trabalho muscular após o esforço, bem como favorecer o aumento do fluxo sanguíneo e a libertação de endorfinas. Cada uma destas sequências de frequências é alternada com um efeito relaxante.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 05** ENDURO MUSCULAR



Após a aquisição de resistência a grandes esforços através do programa PG04, o programa PG05 permite adquirir resistência a esforços musculares de forte intensidade e longa duração estimulando ao máximo as fibras lentas.

**Duração:** 30 min de fase activa + 6 min de recuperação

#### **Pg 06** MANUTENÇÃO MUSCULAR



Este programa permite conservar o progresso adquirido ao nível da resistência e do volume muscular.

**Duração:** 30 min de fase activa + 6 min de recuperação

#### **Pg 07** FORÇA EXPLOSIVA



Este programa é a continuação lógica de PG03 e PG04. Permite alcançar a força máxima de um músculo estimulando as fibras de alta velocidade. A intensidade da contracção deve ser máxima.

**Duração:** 30 min de fase activa + 6 min de recuperação

#### **Pg 08** RECUPERAÇÃO



Grças à varredura de frequências entre 0,5 e 8 Hz, este programa permite que os músculos recuperem-se mais rapidamente, devido a efeitos relaxantes e endorfinicos, bem como ao aumento do fluxo sanguíneo.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 12** TENS



Programa antálgico que actua por neuroestimulação eléctrica, com oscilação das frequências. Os electrodos devem ser colocados sobre o local doloroso.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 13** ENDORFINICO



Grças à varredura de frequências de 40 a 160 Hz, este programa permite aliviar eficazmente as dores (tensões) musculares.

**Duração:** 20 min de fase activa

#### **Pg 14** VASCULARIZAÇÃO



Este programa permite aliviar a sensação de peso nas pernas.

**Duração:** 26 min de fase activa

## A LER ANTES DE QUALQUER UTILIZAÇÃO DO APARELHO

Acaba de adquirir um aparelho profissional eficiente e potente.

É imperativo tomar o tempo necessário para familiarizar-se com o seu funcionamento.

1 - Ler atentamente as instruções de utilização

2 - Antes da utilização, pôr o aparelho a carregar (foto I-E página 3)

3 - Testar o seu aparelho sobre os quadríceps consoante o procedimento de teste rápido explicado abaixo

## TESTE DE FUNCIONAMENTO RÁPIDO

TESTAR O SEU APARELHO NOS QUADRÍCEPS

1 - Pegue uma das metades do cinto e aplique uma camada de creme nos electrodos integrados (foto III-E página 4).

2 - Ligue-a ao primeiro canal (2 fichas da mesma cor nas 2 outras fichas de cor idêntica).

3 - Ligue o aparelho com a tecla "⏻" e pressione 6 vezes seguidas o botão "OK".

4 - Aumente progressivamente a potência neste canal.

5 - Uma vez este percurso de descoberta realizado, ficará a par da sua capacidade a utilizar as performances do aparelho.

## I. CARREGAMENTO DA BATERIA

O aparelho está equipado com baterias recarregáveis.

Convém, portanto, logo após a aquisição, colocá-lo a carregar durante 12 horas, ligando o módulo estimulador à alimentação eléctrica.

Durante o carregamento das baterias, não é possível utilizar o aparelho.

Em caso de inactividade prolongada do aparelho, convém colocar as baterias a carregar durante 12 horas uma vez a cada 4 meses.

Quando as baterias estão descarregadas, o aparelho entra automaticamente em modo standby, a fim de protegê-las contra descargas abusivas.

Para pôr o aparelho a carregar, conecte o carregador fornecido ao aparelho (foto I-E, página 3)

### EXIBIÇÃO DA CARGA DA BATERIA

Durante o carregamento da bateria, o ícone de pilha é exibido "▢", "▢▢", "▢▢▢" para mostrar a o estado da carga em curso.

A contagem regressiva do tempo de carregamento de 12 a 00 começa.

Após o carregamento, o número 00 é exibido à esquerda do ícone de cronómetro.

O ícone de pilha aparece 3/3 cheio "▢▢▢".

Quando o carregador é desconectado, o ecrã apaga-se.

Quando o ícone de pilha aparece vazio "▢"; é sinal de que a bateria está descarregada.

## II. FUNCIONAMENTO DO APARELHO

### ETAPA 1: EXIBIÇÃO - COLOCAÇÃO SOB TENSÃO

ATENÇÃO A A APOSTA A CAMINHO DO VOSSO APARELHO:

Realizem um apoio resumidamente máximo de 1 segundo sobre "⏻".

Todos os pictogramas aparecem a piscar durante 3 segundos.

De seguida, os músculos anteriores põem-se a piscar.

Se apoiar demasiado muito tempo sobre o botão, o vosso ecrã cintilará e indicar-vos-á a totalidade pictogrammes que contem.

Para parar-o, apoiem resumidamente sobre "⏻".

### ETAPA 2: SELECÇÃO DA(S) ZONA(S) MUSCULARE(S) A ESTIMULAR

• Escolha da 1a zona muscular:

O ecrã exibe 01, o que significa que propõe escolher uma primeira zona muscular.

- Se desejar escolher os músculos anteriores, validar com a tecla "OK".

- Se desejar escolher os músculos posteriores, pressionar a tecla "⏻".

- Se desejar retornar aos músculos anteriores, pressionar a tecla "◀".

Se tiver escolhido os músculos anteriores: a 1a zona muscular inferior põe-se a piscar: quadríceps.

Se tiver escolhido os músculos posteriores: a 1a zona muscular inferior põe-se a piscar: gêmeos.

Pressionar a tecla "▷" para subir e fazer desfilar as diferentes zonas musculares.

Para voltar atrás, pressionar a tecla "◀".

Uma vez o grupo muscular escolhido, validar com a tecla "OK".

• **Escolha da 2ª zona muscular :**

Os pictogramas começam a piscar novamente e o ecrã exibe .  
O ecrã propõe escolher uma 2a zona muscular:  
Para escolher uma 2a zona muscular , seleccionar novamente os músculos anteriores ou os músculos posteriores e validar com "OK".  
Escolher novamente uma outra zona muscular e validar com "OK".  
Se preferir exercitar apenas uma zona muscular, pressionar a tecla "◀" e passar à etapa 3.  
A(s) zona(s) muscular(es) seleccionada(s) aparece(m).

**ETAPA 3 : SELECÇÃO DO PROGRAMA**

Os programas da esquerda (programas DESPORTO ) aparecem a piscar.  
Se desejar escolher um dos programas DESPORTO , validar com "OK".  
Se preferir um dos programas SAÚDE , pressionar a tecla "▷" e validar com "OK".  
Fazer os programas desfilar pressionando a tecla "▷".  
O ecrã exibe o 1o pictograma na parte inferior e, simultaneamente, na parte superior, o número de programa correspondente.  
Para voltar atrás, pressionar a tecla "◀".  
Nesse estágio, já terá escolhido a(s) zona(s) muscular(es) a estimular e o programa.

**ETAPA 4 : ESCOLHA DA “FASE DE AQUECIMENTO” E OPÇÃO ALT/SIM**

(unicamente para os programas a ).  
O pictograma "FASE DE AQUECIMENTO" aparece a piscar na parte superior à direita.  
O ecrã propõe uma fase de aquecimento antes de iniciar a fase activa do programa.  
Se desejar seleccioná-la, pressionar "OK"; caso contrário, pressionar a tecla "◀" e validar com "OK" (o que a fará desaparecer do ecrã).  
De seguida, o pictograma "SIM" põe-se a piscar.  
Para seleccionar "ALT", pressionar a tecla "◀".  
Para seleccionar "SIM", pressionar a tecla "▷".  
De seguida, validar com "OK".  
Se a fase de aquecimento tiver sido seleccionada, "SIM" será exibido no início do programa, pois a fase de aquecimento ocorre obrigatoriamente em modo simultâneo.  
O ecrã exibe :  
- lo nível das baterias,  
- o tempo de duração da fase (contagem por minuto),  
- o ícone de cronómetro,  
- a opção "ALT" ou "SIM" e a fase de aquecimento, se tiverem sido seleccionadas.  
O pictograma do programa escolhido se acende, a(s) zona(s) muscular(es) escolhida(s) põem-se a piscar em alternância.

**ETAPA 5 : INICIAR O TREINO - AJUSTE DAS INTENSIDADES**

De seguida, pressionar os botões "+" das teclas de intensidade correspondentes aos cabos conectados aos seus eléctrodos ou ao seu cinto para iniciar o programa.  
Se a pilha estiver fraca, é recomendável não iniciar o programa.  
O nível da(s) potência(s) aparece(m) na parte inferior do ecrã.  
As intensidades variam durante o treino de acordo com o conteúdo do programa.  
Uma pressão longa da tecla "C" faz com que a potência caia rapidamente a 0.

**ETAPA 6 : DESENROLAR DO PROGRAMA :**

• **Utilização da tecla "C" (Clear) :**  
Durante o programa, a pressão da tecla "C" zera o tempo da fase em curso.  
A fase seguinte tem início, excepto se tratar-se do fim do programa.  
Nesse caso, esta tecla permite voltar à escolha da 1a zona muscular (como no fim normal de um programa).  
• **Desconexão dos eléctrodos durante o programa:**  
Se um dos eléctrodos desconectar-se, o canal em questão volta a "00" e fica a piscar durante 30 segundos antes do "00" definitivo.  
Durante estes 30 segundos, é possível reconectar o(s) eléctrodo(s) e repor as potências no nível desejado.

**ETAPA 7 : FIM DO PROGRAMA - PARAGEM EM CURSO**

No final do treino, o ecrã propõe começar um novo treino exibindo intermitentemente os músculos anteriores para escolher a 1a zona muscular.  
Reiniciar o procedimento de programação, se desejar treinar uma outra zona muscular.  
Caso contrário, pressionar a tecla "0" para parar.  
O aparelho entra em modo standby após 5 minutos de inactividade.

**RECOMENDAÇÕES : ESCOLHA RELATIVA AOS MÚSCULOS SUPERIORES E AOS MÚSCULOS INFERIORES**

Os programas dos músculos superiores e os programas dos músculos inferiores comportam certas diferenças.  
É recomendável não seleccionar os músculos superiores com os músculos inferiores, pois, nesse caso, o aparelho priorizará o trabalho dos músculos superiores, diminuindo sensivelmente o rendimento do trabalho dos músculos inferiores.

**III. UTILIZAÇÃO DO APARELHO**

**A / A FUNÇÃO ELÉCTRODOS**

Esta função permite utilizar os eléctrodos adesivos ligando-os ao aparelho.

**ETAPA 1 :**

Pegar os eléctrodos e retirar delicadamente o suporte que protege cada um deles.  
Humedecê-los um a um, espalhando com as pontas dos dedos algumas gotas de água sobre o gel adesivo, e esperar 2 minutos (esquema I-A, página 3).

**ETAPA 2 :**

Posicionar os eléctrodos no corpo consoante o esquema II-A ou B ou C, página 3.  
As posições dos eléctrodos são fornecidas a título indicativo.  
Posicionar os eléctrodos de acordo com o programa escolhido.  
Importante : para uma utilização ideal, ler atentamente todas as páginas, tomando em conta os exemplos de utilização (fotos II, página 3).

| Exemplos de utilização (esquema II, página 3)                                                                      |                                                     |                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| ⓑ = ficha do canal B (azul) ; ⓒ = ficha do canal C (laranja) ; SUP = membros superiores ; INF = membros inferiores |                                                     |                                              |
| foto Ⓐ - Peitorais                                                                                                 | foto Ⓑ - Ombrosb                                    | foto Ⓒ - Trapézios                           |
| 1 - Grande peitoral<br>⚠ Não posicionar o eléctro dos sobre a área cardíaca                                        | 2 - Deltóide médio<br>3 - Posterior<br>4 - Anterior | 9 - Trapézio superior<br>10 - Trapézio médio |

**ETAPA 3 :**

Pegar o conector (CEV8) (foto I-B, página 3) e ligá-lo:  
1º - aos eléctrodos (foto I-C, página 3).  
2º - e, de seguida, ao aparelho (foto I-D, página 3).

**ETAPA 4 :**

O caso está ligado a eletrodos, graças a connecteur consiste em 4 grupos de 2, filho de um comprimento de 1 metro denunciado por 2 grupos de 4 folhas de conexão.  
O seu MULTISPORTPRO pode ser fixado ao lado avesso da roupa ou à roupa de baixo graças à pinça clip.

**ETAPA 5 :**

Pôr o seu aparelho a funcionar consoante o procedimento de "Funcionamento do aparelho" (parágrafo II).  
As contrações devem ser firmes mas nunca devem provocar a dor.  
Se sentir uma sensação desagradável a nível dos eléctrodos : trazer de volta os botões de potência para o mínimo, deslocar o ou os eléctrodos e aumentar progressivamente a potência de novo.  
As regulações tendo sido optimizadas desta maneira, deixar o seu aparelho trabalhar durante toda a duração do programa.

**ETAPA 6 :**

Uma vez o programa terminado, desligar os eléctrodos do conector (CEV8), e este último do aparelho.  
De seguida, descolar delicadamente os eléctrodos, humedecê-los ligeiramente com algumas gotas de água e reinstalá-los cuidadosamente no suporte.  
Guardar os eléctrodos adesivos num saco num local fresco (gaveta de legumes do frigorífico, por exemplo).

## B / A FUNÇÃO CINTO

O cinto multifunções pode ser utilizado inteiro ou separado em 2 metades.

A utilização do cinto inteiro convém aos abdominais, glúteos e lombares.

Quando soltas, as 2 metades podem ser utilizadas para o trabalho dos braços, coxas e pantorrilhas (gêmeos).

O cinto multifunções está equipado com electrodos integrados nos quais o creme SPORT-ELEC® deve ser aplicado.

O creme favorece o contacto entre os electrodos e a pele.

As suas propriedades massajantes e electrocondutoras melhoram o conforto de utilização e a eficiência da estimulação.

A nata pode ser utilizada igualmente em massagem única sobre o corpo.

Se deseja racheter da nata, encomenda - directamente sobre o nosso sítio Internet [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) ou dirige ao vosso revendedor habitual



**O cinto não pode ser utilizado sem o creme fornecido.**

**Não utilizar outros cremes que aquele que é fornecido pela SPORT-ELEC® INSTITUT.**

### PRECAUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO CREME

- Em caso de alergia, suspender a aplicação do creme.
- Não ingerir.
- Não deixar ao alcance das crianças.
- Em caso de contacto com os olhos, lavar com água.

### APRESENTAÇÃO DO CINTO :

- Lado exterior : (foto III- A, página 4)  
1 = Agramos centrais 2 = Porta-cabos 3 = Fichas de ligação 4 = Banda de velcro
- Lado dos electrodos : (foto III- B, página 4)  
4 electrodos integrados

### ETAPA 1 : LIGAÇÃO E POSICIONAMENTO DO CINTO.

- Verificar se o seu aparelho SPORT-ELEC® encontra-se PARADO.
- Pegar o conector (CEV8) (foto I- B, página 3) e ligá-lo :
  - As fichas do cinto por grupo de cor (foto III- C, página 4).
  - E, de seguida, ao aparelho ( foto III- D, página 4).
- Aplicar uma espessa camada de creme de massagem electroconductor sobre a zona escolhida e, depois, sobre os electrodos integrados ao cinto (parte em relevo - foto III- E, página 3)
- Posicionar o cinto inteiro ou as 2 metades na(s) zona(s) a estimular e ajustá-lo(as) com o auxílio das bandas de velcro de forma que os electrodos integrados fiquem correctamente em contacto com a pele.  
(Fotos IV, página 4 : A = abdominais ; B = costas ; C = braços ; D = coxas ; E = pantorrilhas ; F = dorsais).
- Não hesite em deslocar a cintura ligeiramente para a esquerda ou para a direita (tenha o cuidado de verificar se o aparelho está desligado) de forma a sentir as contrações na totalidade da tira abdominal.  
Se um electrodo lhe magoar ou se sentir algum formigueiro, desligue o aparelho e verifique se o electrodo está bem coberto com creme.

#### ASTÚCIA :

##### • Posicionamento do cinto inteiro :

Para o posicionamento ideal do cinto inteiro, cruzar as 2 bandas e prender as 2 extremidades na parte de velcro exterior.  
(fotos V - A e B, página 2).

##### • Posicionamento de uma das metades do cinto no braço :

Ajustar a metade do cinto ao tamanho da volta do seu braço antes de colocá-la, começando, se necessário, para ajustá-la melhor (fotos V - C e D, página 2).

### ETAPA 2: INÍCIO DO TREINO COM A FUNÇÃO CINTO

Uma vez a ligação do aparelho concluída, basta instalar-se confortavelmente e accioná-lo consoante o procedimento de "Funcionamento do aparelho" (parágrafo II.)

### ETAPA 3: PARAGEM DO TREINO COM A FUNÇÃO CINTO

Ao final do programa, desligar o aparelho do conector (CEV8) e este último do cinto.

Retirar o excesso de creme dos electrodos integrados com um pano húmido e secá-los.

## IV. CONSELHOS DE UTILIZAÇÃO

### O aparelho é recomendado aos fisioterapeutas no âmbito da reeducação funcional

- É possível recomençar o ciclo de um dos programas numa outra zona muscular ou mudar de programa conservando a mesma zona muscular, sem exceder 40 min diários de utilização por zona muscular.
- Para uma utilização ideal, inspirar-se nos esquemas reproduzidos nesta brochura.
- O módulo estimulador e os cabos do aparelho podem ser limpos com um pano embebido em solução desinfetante (tipo Mercryl) diluída em água a 1/10.
- Os electrodos adesivos podem ser reidratados antes e depois da utilização com um agente desinfetante (ex.: Hexomedine)
- Os electrodos adesivos devem ser repostos no suporte e conservados num local fresco entre +5°C e +10°C.
- Os electrodos adesivos possuem um tempo de vida útil de aproximadamente 40 utilizações.
- É possível encomendá-los directamente à sede da empresa ou junto ao seu revendedor habitual.  
SPORT-ELEC® INSTITUT - 27520 BOURGTHÉROULDE - FRANÇA - 00 33 2 32 96 50 50 - [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)

### PRECAUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

- \* Não utilizar o aparelho no rosto
- \* Não deixar o aparelho ao alcance das crianças

#### Pedir conselho ao seu médico :

- em caso de implantes electrónicos ou metálicos de modogeral (pinos, etc.)
- em caso de doenças de pele (ferimentos, etc.)

### ADVERTÊNCIAS :

- Evite utilizar enquanto conduzir, andar na rua, trabalhar com máquinas ou andar de bicicleta.
- Não utilizar o aparelho de electromusculação em ambientes húmidos, quartos de banho e saunas, nem tampouco próximo de máquinas eléctricas ligadas à rede eléctrica e à terra ou de canalizações ligadas à terra.
- A conexão simultânea de um paciente a um aparelho de cirurgia de alta frequência pode provocar queimaduras nos pontos de contacto dos electrodos do estimulador e eventualmente danificá-lo.
- O funcionamento à proximidade imediata de um aparelho de terapia de ondas curtas pode provocar instabilidades da potência de saída do estimulador.

### RECOMENDAÇÕES :

É favor respeitar a regulamentação nacional ao eliminar este produto, uma vez findo o seu tempo de vida útil.

Para isso, depositá-lo num local previsto com esta finalidade de maneira a assegurar uma eliminação segura e sem prejuízos ao meio ambiente.



### CONTRA-INDICAÇÕES

#### Não utilizar o aparelho SPORT-ELEC®:

- Sobre a área cardíaca
- Se for portador de um estimulador cardíaco (pacemaker)
- Em caso de gravidez
- Após o parto, esperar 6 semanas antes da utilização
- Em caso de patologia neuromuscular
- Em caso de patologia hemorrágica

### CONSELHOS DE MANUTENÇÃO E LIMPEZA DO CINTO.

- AVISO: A máquina de lavar roupa e água em abundância, o secador e ferro de engomar são proibidos.
- Não limpar a seco
- Não utilizar lixívia
- Limpar o cinto com uma esponja húmida embebida com um detergente e enxugar com um pano seco
- Limpar o módulo estimulador com um pano embebido em solução desinfetante (tipo Mercryl) diluída em água a 1/10.
- Limpar os electrodos com uma mistura de água/detergente hipoalergénico e enxaguar bem.

### CAMPO ELÉTRICO RADIADO

EN55011 / EN60601- 2- 10

| frequência (MHz) | campo elétrico de 3 m (dB(µV/m)) |
|------------------|----------------------------------|
| 200,0            | < 30                             |
| 400,0            | < 30                             |
| 600,0            | < 30                             |
| 800,0            | < 30                             |
| 1000,0           | < 30                             |



**INFORMAÇÃO CONSUMIDOR : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

### APARELHO :

|                                                               |                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo de corrente.....                                         | Bifásica                                                                                     |
| Número de programas.....                                      | 8 programas "DESporto" - 6 programas "SAÚDE"                                                 |
| Número de variações de programas (ou fases).....              | 344                                                                                          |
| Número de saídas independentes reguláveis.....                | 4                                                                                            |
| Intensidade máxima com uma carga de 500 $\Omega$ / canal..... | 100 mA / 500 Ohms / canal                                                                    |
| Faixa de frequência.....                                      | De 0,25 a 160 Hz                                                                             |
| Faixa de largura de impulso.....                              | De 70 a 360 $\mu$ s                                                                          |
| Alimentação.....                                              | 4,8 V - 1300 mAh - Baterias recarregáveis NI-MH                                              |
| Alimentação eléctrica THA239025.....                          | 230 VAC / 50 Hz - 9 VAC 250 mA - Cl II (EN 60601-1)                                          |
|                                                               | Utilizar unicamente a alimentação de rede fornecida com o aparelho.                          |
| Dimensões e peso do aparelho.....                             | 80 x 160 x 35 mm - 340 g                                                                     |
| Paragem automática após cada programa.....                    | Sim                                                                                          |
| Segurança de accionamento.....                                | 100%                                                                                         |
| Temperatura de armazenamento.....                             | 0°C a + 45°C                                                                                 |
| Humidade relativa.....                                        | 10% a 90%                                                                                    |
| Temperatura de utilização.....                                | + 5°C a + 45°C                                                                               |
| Humidade relativa.....                                        | 20% a 65%                                                                                    |
| Classificação.....                                            | tipo BF                                                                                      |
| Atenção.....                                                  | Ler atentamente as instruções de utilização                                                  |
| Norma.....                                                    | CE relativas aos aparelhos médicos.                                                          |
| RoHS.....                                                     | Estas unidades estão livres dos materiais provavelmente ter um impacto negativo no ambiente. |
| Garantia.....                                                 | 2 anos                                                                                       |

### CINTO :

|                            |                                                                      |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Tamanho.....               | único (cerca de 150 cm de comprimento) (isto é, 2 metades de 75 cm). |
| Peso.....                  | 150 g                                                                |
| Tecido s.....              | Poliéster laminado sobre espuma                                      |
| Eléctrodos integrados..... | Silicone carbonado.                                                  |
| Vida útil estimada.....    | cerca de 12 meses                                                    |

### CREME ELECTROCONDUTOR :

|                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| Acondicionamento.....      | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Referência fabricante..... | VC 57B/53-148      |

### ELÉCTRODOS :

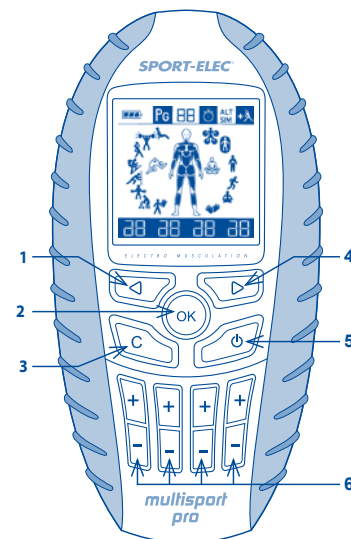
|                         |                                       |
|-------------------------|---------------------------------------|
| Eléctrodos.....         | Adesivos hidrófilos e hipoalergénicos |
| Dimensões.....          | 89 x 50 mm                            |
| Norma.....              | CE (93/42/ EEC)                       |
| Vida útil estimada..... | limitado a 40 usa                     |

### GARANTIA :

O cinto, o creme e os eléctrodos destinam-se à utilização pessoal. Por razões de higiene, estes elementos não podem ser devolvidos nem trocados

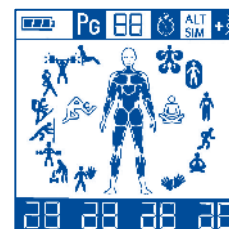
Made in P.R.C.

## POPIS PŘÍSTROJE MULTISPORTPRO (4 KANÁLY)



- 1 Levé tlačítko: umožňuje zrušit nějakou volbu
- 2 Tlačítko OK: tlačítko potvrzení po každém výběru
- 3 Tlačítko C (clear): umožňuje návrat zpět po potvrzení
- 4 Pravé tlačítko: tlačítko výběru pro výběr programů a svalových zón
- 5 Tlačítko ON/OFF: zapíná a vypíná přístroj
- 6 4 Tlačítka výkonu:  
+ : Zvyšuje výkon / úroveň 1 až 30  
- : Snižuje výkon / úroveň 30 až 1

## POPIS OBRAZOVKY



- Kontrolka úrovně nabití baterie
- Zobrazí číslo zvoleného programu
- Zobrazí zbývající dobu programu
- Varianta střídání svalů (možný výběr z programů Pg 01 až Pg 08). Zvolíte si, že střídavě budou pracovat 2 skupiny svalů.
- Varianta svaly současně (standardní volba). Zvolíte si, že současně budou pracovat 2 skupiny svalů.
- Aktivovat či neaktivovat fázi zahřátí
- Programy sport
- Programy zdraví

## PROGRAMY



### PROGRAMY SPORT

#### PŘÍPRAVA POKOŽKY



Nízká impedance kožní bariéry. Přípraví pokožku k šíření proudů vysílaných programy.  
**Trvání:** 2 minuty aktivní fáze

#### OBNOVENÍ OBJEMU SVALŮ



Tento program umožňuje předcházet ztrátě objemu svalové hmoty, která je obecně dána nepoužíváním určité končetiny nebo je důsledkem období nepohyblivosti, a předcházet mu.  
**Trvání:** 40 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení

#### POSÍLENÍ OBJEMU SVALŮ



Tento program je možné použít jen na svaly, které mají normální objem.  
PG04 a PG05 umožňují rozvíjet sílu svalů.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení

#### ODOLNOST SVALŮ



Řada frekvencí pro stimulaci má za cíl zvýšit kapacitu na podporu velké svalové námahy.  
**Trvání:** 30 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení



### PROGRAMY ZDRAVÍ

#### MASÁŽ



Tento program je tvořen frekvencemi, které se postupně mění od 3 do 10 Hz pro optimální masážní efekt.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### MYORELAXANS



Tento program díky průchodu frekvencí od 0,25 do 3,5 Hz umožňuje svalům rychlejší relaxaci.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### AKTIVNÍ OBNOVENÍ



Tento program musí být používán bezprostředně po intenzivní námaze. Všechny frekvence vytvářejí PG11 umožňují zachovat práci svalů po námaze, podporují zvyšují průtok krve a uvolnění endorfinů. Každé z těchto ošetření frekvencí je střídáno relaxačním účinkem.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### SVALOVÁ VÝDRŽ



Po vypracování programem PG04 podporujícím velkou námahu umožňuje program PG05 trvale podpořit intenzivní svalovou námahu tím, že maximálně stimuluje pomalá vlákna.  
**Trvání:** 30 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení

#### UDRŽENÍ SVALŮ



Tento program umožňuje zachovat dosaženou výdrž, odolnost a objem svalů.  
**Trvání:** 30 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení

#### VÝBUŠNÁ SÍLA



Tento program je logicky pokračováním PG03 a PG04. Umožňuje dosáhnout maximální síly určitého svalu tím, že stimuluje vlákna velkou rychlostí, intenzita tahu musí být maximální.  
**Trvání:** 30 minut aktivní fáze + 6 minut obnovení

#### OBNOVENÍ



Tento program díky pohybu frekvencí mezi 0,5 a 8 Hz umožňuje svalům rychlejší obnovu svými relaxačními účinky a zvýšením průtoku krve.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### NAPĚTÍ



Analogický program elektrickou neurostimulací, postupná změna frekvencí.  
Elektrody musí být umístěny na bolavé místo.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### ENDORFINY



Díky změně frekvencí od 40 do 160 Hz umožňuje tento program účinně uvolnit napětí svalů.  
**Trvání:** 20 minut aktivní fáze

#### VASKULARIZACE



Tento program umožňuje ulevit při pocitu těžkých nohou.  
**Trvání:** 26 minut aktivní fáze

## PŘEČTĚTE SI POZORNĚ PŘED POUŽITÍM PŘÍSTROJE

**Zakoupili jste si výkonný profesionální přístroj.  
Musíte si najít čas a seznámit se s jeho fungováním.**

- 1 - Pozorně si přečtěte návod k použití
- 2 - Před použitím přístroje nabijte (foto I-E str. 3)
- 3 - Otestujte přístroj na stehenních svazech podle dále uvedeného postupu rychlostest

## FUNKČNÍ RYCHLOTEST

### OTESTUJTE SVŮJ PŘÍSTROJ NA STEHENNÍCH SVALECH

- Vezměte 1/2 pásu, naneste na zabudované elektrody vrstvu krému (foto III-E str. 4) nebo vezměte 2 přilnavé elektrody a navlhčete je (foto I-A str. 2).
- Připojte k prvnímu kanálu (2 konektory stejné barvy ke 2 konektorům stejné barvy).
- Zapněte přístroj tlačítkem "⏻" a stiskněte 6x po sobě tlačítko "OK".
- Postupně zvyšuje výkon na kanálu.
- Jakmile jste absolvovali toto seznámení, znáte své schopnosti používat výkon přístroje.

## I. NABÍJENÍ BATERIE

Přístroj obsahuje dobíjecí baterii, po zakoupení je tedy třeba ji nabíjet po dobu 12 hodin tak, že skříňku připojíte k síti. Během nabíjení baterie není možné přístroj používat. Pokud není přístroj používán, nabíjejte baterii po dobu 12 hodin každé 4 měsíce. Přístroj přejde do režimu standby automaticky, pokud je baterie vybitá, čímž zajišťuje ochranu před nadměrným vybitím. Pro nabíjení přístroje připojte nabíječku (součást dodávky) k přístroji (foto I-E str. 3).

### ZOBRAZENÍ NABÍTÍ BATERIE

Během nabíjení baterie ukazuje kontrolka baterie "■", "■", "■" čímž udává probíhající nabíjení. Začne odčítání času nabíjení od "12" do "00". Když je nabíjení skončeno, nalevo od piktogramu měření času se zobrazí číslo "00", piktogram baterie udává "■". Pro odpojení nabíječky displej zhasne. Když je baterka prázdná "□", znamená to, že je baterie vybitá.

## II. UVEDENÍ PŘÍSTROJE DO CHODU

### ETAPA 1: ZOBRAZENÍ - PŘIPOJENÍ K NAPĚTÍ

Pozor, pro spuštění jednou krátce (max. 1 s) stiskněte "⏻" (červené tlačítko). Všechny piktogramy se zobrazí na dobu 3 sekund a zhasnou, potom blikají svaly na přední straně. Pokud stisknete příliš dlouze, displej bliká a zobrazí všechny piktogramy, které obsahuje. Pro vypnutí přístroje krátce stiskněte "⏻". Nebo pro návrat do menu musíte stisknout tlačítko "C" nebo 2x krátce stisknout "⏻".

### ETAPA 2: VOLBA SVALOVÉ ZÓNY (SVALOVÝCH ZÓN) KE STIMULACI

• **Výběr 1. zóny:**  
Displej zobrazí "01", což znamená, že si můžete zvolit první zónu svalů.  
- Pokud si chcete zvolit svaly vpředu, potvrďte tlačítkem "OK".  
- Pokud si chcete zvolit svaly vzadu, stiskněte tlačítko "D".  
- Pokud se chcete vrátit ke svalům vpředu, stiskněte tlačítko "C".  
Pokud jste zvolili svaly vpředu: bliká 1. zóna svalů zdola: stehenní svaly.  
Pokud jste zvolili svaly vzadu: bliká 1. zóna svalů zdola: lýtky.  
Pro postup nahoru a zobrazení různých svalových zón stiskněte tlačítko "D".  
Pro návrat zpět stiskněte tlačítko "C".  
Jakmile je svalová skupina zvolena, potvrďte tlačítkem "OK".

• **Výběr 2. zóny:**

Znovu blikají všechny piktogramy a displej udává "02".  
Displej nabízí volbu 2. zóny svalů:  
Pro výběr 2. zóny svalů znovu potvrďte buď svaly vpředu nebo vzadu, potvrďte pomocí "OK".  
Opět zvolte jinou zónu svalů a potvrďte "OK".  
Pokud chcete pouze jednu zónu svalů, stiskněte tlačítko "◀" a přejděte k etapě 3.  
Zobrazí se zvolená svalová zóna (zóny).

**ETAPA 3: VOLBA PROGRAMU**

Programy vlevo (programy SPORT ) se zobrazí blikající.  
Pokud zvolíte programy SPORT , potvrďte "OK".  
Pokud chcete zvolit programy ZDRAVÍ, stiskněte tlačítko "▶" a potvrďte "OK".  
Nechte procházet programy stisknutím tlačítka "▶".  
Displej začne zobrazením 1. piktogramu zdola a zároveň nahoře zobrazí číslo příslušného programu.  
Pokud se chcete vrátit zpět, stiskněte tlačítko "◀".  
V tomto stadiu jste tedy zvolili svalovou zónu (zóny), které bude program stimulovat.

**ETAPA 4: VOLBA "FÁZE ZAHŘÁTÍ" A VARIANTA ALT SIM**

(pouze pro programy  až ).  
Vpravo nahoře bliká piktogram  «FÁZE ZAHŘÁTÍ».  
Přístroj nabízí fázi zahřátí, než začne aktivní fáze programu.  
Pokud ji chcete zvolit, stiskněte "OK", pokud ne, stiskněte tlačítko "◀" a potvrďte "OK" (zmizí z displeje).  
Poté piktogram "SIM" bliká.  
Pro výběr "ALT" (střídavě) stiskněte tlačítko "◀", pro výběr "SIM" (současně) stiskněte tlačítko "▶" a poté potvrďte pomocí "OK".  
Pokud jste zvolili fázi zahřátí, při spuštění programu se zobrazí "SIM", protože fáze zahřátí je povinně v simultánním režimu.  
Displej zobrazí: úroveň nabití baterie, délku fáze (odpočet po minutách), piktogram měření času, variantu "ALT" nebo "SIM" a fázi zahřátí, pokud jste ji zvolili.  
Piktogram zvoleného programu svítí, zvolená svalová zóna (zóny) blikají střídavě.

**ETAPA 5: SPUŠTĚNÍ - SEŘÍZENÍ INTENZITY**

Poté stiskněte tlačítka "+" u tlačítek intenzity odpovídajících drátům připojeným k elektrodám nebo k příslušenství, abyste spustili program.  
Je-li baterie slabá, doporučujeme program nespouštět.  
Úroveň výkonu se zobrazí dole na displeji. Intenzita se během ošetření mění podle obsahu programu.  
Dlouhým stisknutím tlačítka "—" se výkon rychle sníží na 0.

**ETAPA 6: PRŮBĚH PROGRAMU:**

• **Použití tlačítka "C" (Clear):**  
Během programu se stisknutím tlačítka "C" v průběhu jedné fáze její čas vynuluje.  
Spustí se následující fáze, pokud jste nebyli na konci programu.  
V takovém případě toto tlačítko umožňuje návrat k výběru 1. zóny svalů (jako normální konec programu).  
• **Odpojení elektrod během programu:**  
Pokud se elektroda odpojí, příslušný kanál přejde na "00" a bliká takto po dobu 30 sekund, potom "00" opět trvale svítí.  
Během těchto 30 sekund je možné elektrodu (elektrody) znovu připojit a dát výkon na požadovanou úroveň.

**ETAPA 7: KONEC PROGRAMU - PROBÍHÁ ZASTAVENÍ**

Na konci ošetření displej znovu nabídne spuštění nového ošetření tím, že blikají svaly vpředu pro výběr 1. zóny svalů.  
Pokud chcete pokračovat s jinou zónou svalů, zopakujte postup spuštění.  
Pokud ne, stiskněte tlačítko "⏻" pro zastavení.  
Po 5 minutách nečinnosti přejde přístroj do režimu standby.

**DOPORUČENÍ: VÝBĚR HORNÍCH NEBO DOLNÍCH SVALŮ**

Existuje rozdíl mezi programy pro horní svaly a pro svaly dolní.  
Doporučujeme nevybírat současně horní a dolní svaly, protože v tomto případě by přístroj dával přednost horním svalům a podstatně snižoval pracovní výkon na svalech dolních.

**III. POUŽÍVÁNÍ PŘÍSTROJE**

**A / FUNKCE ELEKTROD**

Tato funkce umožňuje používat přílnavé elektrody jejich připojením k přístroji.

**ETAPA 1:**

Uchopte elektrody a jemně je vyjměte z držáku, který chrání každou z nich, postupně je navlhčete tak, že konečky prstů nanese několik kapek vody na přílnavý gel a vyčkejte 2 minuty (schéma I-A str. 3).

**ETAPA 2:**

Umístěte elektrody na tělo podle schématu II-A nebo B nebo C str. 3: Umístění je uvedeno informativně.  
Elektrody umístěte podle programu, který jste zvolili.  
Důležité: pro optimální použití si pozorně přečtěte všechny stránky a vezměte v úvahu příklady použití (foto II str. 3).

| Příklady použití: (foto II str. 3)                                                                            |                                                     |                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| ⓑ = konektor kanálu B (modrá); ⓒ = konektor kanálu C (oranžová); SUP = horní končetiny; INF = dolní končetiny |                                                     |                                                         |
| foto <b>A</b> - Prsní                                                                                         | foto <b>B</b> - Ramena                              | foto <b>C</b> - Trápězy                                 |
| 1 - Velký hrudní<br>⚠ Nedávejte elektrody na oblast srdce                                                     | 2 - Střední deltový sval<br>3 - Zadní<br>4 - Přední | 9 - Horní trápězový sval<br>10 - Střední trápězový sval |

**ETAPA 3:**

Vezměte konektor (CEV8) (foto I-B str. 3) a připojte ho:  
1 - k elektrodám (foto I-C str. 3)  
2 - poté k přístroji (foto I-D str. 3).

**ETAPA 4:**

Skříňka je připojena k elektrodám přes konektor tvořený 4 skupinami po 2 drátech o délce 1 m, zakončeným 2 skupinami 4 připojovacích kolíků.  
Přístroj MULTISPORTPRO můžete připevnit na zadní stranu pásku nebo oblečení či spodního prádla pomocí klipsů.

**ETAPA 5:**

Spustěte přístroj podle postupu «Spuštění přístroje», který je podrobně popsán výše v odstavci II.  
Stahy musí být silné, ale nikdy nesmějí vyvolávat bolest.  
Pokud máte nepříjemný pocit na úrovni elektrod: snižte výkon na minimum, přesuňte elektrodu nebo elektrody a postupně zvyšujte napětí.  
Když je seřízení takto upraveno, nechte přístroj pracovat po celou dobu trvání programu.

**ETAPA 6:**

Když je program skončen, odpojte elektrody od konektoru (CEV8) a poté tento od přístroje.  
Poté jemně odlepte elektrody, lehce je navlhčete několika kapkami vody a opatrně je vraťte do jejich držáku. Uchovávejte přílnavé elektrody v plastovém sáčku v chladu (například nádoba na zeleninu v lednici).

## B / FUNKCE PÁSU

Multifunkční pás je možné používat celý nebo ho rozdělit na 2 poloviny. Celý pás se používá na břicho, hýždě, záda.

Oddělené 2 poloviny je možné používat na ruce, stehna nebo lýtky.

Multifunkční pás má zabudované elektrody, na které musíte nanést krém SPORT-ELEC®.

Krém podporuje kontakt mezi elektrodami a pokožkou.

Jeho masážní a vodivé vlastnosti zlepšují pohodlí při používání a účinnost stimulace.

Krém může být také použit k samotné masáži těla.

Pokud si chcete opatřit novou tubu krému, objednejte si ho přímo v našem on-line obchodu [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), nebo se obraťte na svého prodejce.



**Pás nemůžete používat bez krému.**

**Nepoužívejte jiný krém než ten, který dodává SPORT ELEC® INSTITUT.**

### UPOZORNĚNÍ PRO POUŽÍVÁNÍ KRÉMU

- V případě alergie přestaňte krém používat.
- Nepožívejte.
- Nenechávejte v dosahu dětí.
- V případě kontaktu s očima vypláchněte vodou.

### PŘEDSTAVENÍ PÁSU:

- Přední strana: (foto III- A str. 4)
- 1 - Středové úchyty 2 - Přihrádka na dráty 3 - Připojovací kolíky 4 - Pás scratch
- Strana s elektrodami: (foto III- B str. 4)
- 4 zabudované elektrody

### ETAPA 1: PŘIPOJENÍ A UMÍSTĚNÍ PÁSU.

- Zkontrolujte, zda je přístroj MULTISPORTPRO vypnutý.
- Vezměte konektor (CEV8) (foto I- B str. 3) a připojte ho:
  - Ke kolíkům pásu podle skupin barev (např.: modré kolíky s černými, oranžové se šedými...) (foto III- C str. 3).
  - Poté připojte k přístroji (foto III- D str. 4).
- Naneste jednu vrstvu kontaktního vodivého krému na elektrody zabudované do pásu (vypouklá část - foto III - E str. 3).
- Dejte pás nebo 2 polopásky na zónu (zóny), které mají být stimulovány a pomocí pásků se suchým zipem je nastavte tak, aby zabudované elektrody byly v kontaktu s pokožkou (fotografie IV str. 4: A - břišní, B - bederní, C - ruce, D - stehna, E - lýtky, F - zádové).
- Nebojte se přemístit pás mírně doleva nebo doprava (pozor na to, aby přístroj byl vypnutý), abyste cítili stahy po celém břišním pásu.
- Pokud ucítíte bolest nebo mravenčení na úrovni elektrody, přístroj vypněte a zkontrolujte, zda je dostatečně potřená krémem.

#### NÁPAD:

- Umístění celého pásu (foto V - A str. 4):  
pro co nejlepší umístění celého pásu překřížte 2 pásy, abyste oba okraje dostali na vnější část scratch.
- Umístění poloviny pásu na ruku (fotografie V - B str. 4):  
Seřídte polovinu pásu na velikost obvodu ruky, než ho navléknete a poté ho upravte.

### ETAPA 2: SPUŠTĚNÍ FUNKCE PÁSU

Jakmile je přístroj připojen, zaujměte pohodlnou polohu a spusťte přístroj podle postupu «Spuštění přístroje», který je podrobně uveden výše v odstavci II.

### ETAPA 3: ZASTAVENÍ FUNKCE PÁSU

Když program skončí, odpojte přístroj od konektoru (CEV8) a pásu.

Setřete přebytek krému ze zabudovaných elektrod hadrem navlženým vodou a poté osušte.

## IV. POKYNY PRO POUŽITÍ

Přístroj doporučují rehabilitační pracovníci v rámci funkční rehabilitace.

- Cyklus některého z programů je možné znovu začít na jiné svalové zóně nebo změnit program a zůstat ve stejné zóně, ovšem aniž by došlo k překročení 40 minut používání (aktivní fáze) na svalovou zónu a den.
- Pro optimální použití se inspiруйте schémata uvedenými v této brožurce.
- Skříňku a kabely přístroje je možné čistit hadrem namočeným do dezinfekčního roztoku (typu Mercryl) zředěného vodou v poměru 1:10.
- Přílnavé elektrody je možné navlhčit před použitím a po něm dezinfekčním prostředkem (např. Hëxomédine)
- Přílnavé elektrody musí být znovu umístěny do svého držáku a uchovávány na chladném místě při teplotě od +5 °C do +10 °C.
- Přílnavé elektrody mají životnost asi 40 použití, objednávejte je v našem on-line obchodě [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) nebo u svého prodejce.

### UPOZORNĚNÍ PRO POUŽITÍ

- Přístroj nepoužívejte na obličej
- Nenechávejte v dosahu dětí
- Požádejte o radu lékaře:**
  - v případě elektronických nebo kovových implantátů obecně (spony atd.)
  - v případě kožního onemocnění (rány ...)

### UPOZORNĚNÍ:

- Přístroj nepoužívejte při řízení nebo při práci se strojem.
- Přístroj pro elektrickou svalovou masáž nepoužívejte ve vlhkém prostředí, v koupelně, sauně a v blízkosti elektrických strojů připojených k síti a k zemi, nebo v blízkosti potrubí připojeného k zemi.
- Současné připojení pacienta k vysokofrekvenčním chirurgickým přístrojům může způsobit popáleniny v bodech kontaktu elektrod stimulatoru a stimulator se může poškodit.
- Fungování v bezprostřední blízkosti léčebného krátkovlnného přístroje může vyvolat nestabilitu výstupního výkonu stimulatoru.

### DOPORUČENÍ:

Při likvidaci přístroje na konci jeho životnosti dodržte vnitrostátní předpisy.  
Prosíme, abyste ho odevzdali na určené místo, aby bylo zajištěno jeho odstranění s ohledem na životní prostředí.



### KONTRAINDIKACE

- Přístroj SPORT-ELEC® nepoužívejte:
- na oblast srdce
  - pokud máte kardiostimulátor (pacemaker)
  - v těhotenství
  - po porodu vyčkejte s používáním 6 týdnů
  - v případě nervosvalových onemocnění
  - v případě krvácivých onemocnění

### POKYNY PRO ÚDRŽBU A ČIŠTĚNÍ PÁSU

- POZOR: Praní v pračce nebo v ruce, sušení v sušičce a žehlení jsou ZAKÁZÁNY
- Nečistěte na sucho
- Nepoužívejte chlorové bělidlo
- Pás čistěte vlhkou houbičkou namočenou do pracího prostředku a poté osušte hadrem.
- Skříňku čistěte hadříkem namočeným do dezinfekčního roztoku (typu Mercryl) zředěného vodou v poměru 1:10.
- Zabudované elektrody čistěte směsí voda/hypoalergenní prací prostředek, poté dobře opláchněte.

### VYZAŘOVANÉ ELEKTRICKÉ POLE

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frekvence (MHz) | Elektrické pole ve vzdálenosti 3 m (dB(μV/m)) |
|-----------------|-----------------------------------------------|
| 200,0           | < 30                                          |
| 400,0           | < 30                                          |
| 600,0           | < 30                                          |
| 800,0           | < 30                                          |
| 1000,0          | < 30                                          |

**INFO PRO SPOTŘEBITELE: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. TECHNICKÉ CHARAKTERISTIKY

### PŘÍSTROJ:

|                                                         |                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Typ proudu.....                                         | dvoufázový                                                                                                                       |
| Počet programů.....                                     | 8 programů "SPORT" - 6 programů "ZDRAVÍ"                                                                                         |
| Počet změn programů (nebo fází).....                    | 344                                                                                                                              |
| Počet nezávislých nastavitelných kanálů.....            | 4                                                                                                                                |
| Maximální intenzita při zatížení 500Ω / kanál.....      | 100 mA / 500 Ohm / kanál                                                                                                         |
| Rozsah frekvence.....                                   | od 0,25 do 160 Hz                                                                                                                |
| Rozsah impulsních šířek.....                            | od 70 do 360 μs                                                                                                                  |
| Napájení.....                                           | 4,8 V- 1300 mAh: dobíjecí baterie Ni-MH                                                                                          |
| Síťové napájení (Ref THA239025).....                    | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA - Třída II (Podle normy: EN 60601-1) - Používejte pouze síťové napájení dodané spolu s přístrojem |
| Rozměry a hmotnost přístroje.....                       | 80 x 160 x 35 mm - 340 g                                                                                                         |
| Automatické zastavení po skončení každého programu..... | ano                                                                                                                              |
| Bezpečnost rozsvícení.....                              | 100%                                                                                                                             |
| Teplota skladování / Relativní vlhkost.....             | 0 °C až + 45 °C / 10 % až 90 %                                                                                                   |
| Teplota používání / Relativní vlhkost.....              | + 5 °C až + 45 °C / 20 % až 65 %                                                                                                 |
| Klasifikace.....                                        | typ BF                                                                                                                           |
| Pozor.....                                              | pozorně si přečtěte návod                                                                                                        |
| Značka.....                                             | CE týkající se zdravotnických přístrojů: CE 0459                                                                                 |
| RoHS.....                                               | Přístroje jsou vyrobeny bez materiálů, které by mohly být škodlivý dopad na ekologii.                                            |
| Záruka.....                                             | 2 roky                                                                                                                           |

### PÁS:

|                           |                                                                         |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Velikost .....            | Jednotná velikost (cca 150 cm délka)<br>(nebo 2 poloviny pásu po 75 cm) |
| Hmotnost.....             | 150 g                                                                   |
| Tkanina.....              | polyester laminovaný na pěně                                            |
| Zabudované elektrody..... | karbonovaný silikon.                                                    |
| Odhaduje celoživotní..... | přibližně 12 měsíců                                                     |

### KONTAKTNÍ KRÉM ELEKTRICKY VODIVÝ:

|                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| Klimatizace ..... | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Ref. výrobce..... | VC 57B/53-148      |

### ELEKTRODY:

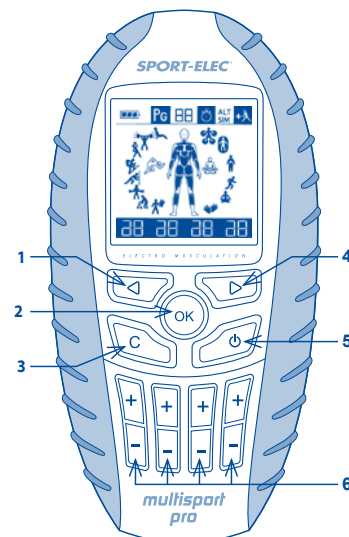
|                           |                                               |
|---------------------------|-----------------------------------------------|
| Elektrody.....            | Přílnavé hydrofilní a hypoalergenní elektrody |
| rozměr.....               | 89 x 50 mm                                    |
| Odhaduje celoživotní..... | omezená na 40 používá                         |

### ZÁRUKA:

Pás, krém a elektrody jsou určeny pro osobní použití.  
Z hygienických důvodů je tedy nelze ani vracet, ani vyměňovat.

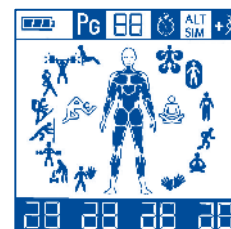
Made in P.R.C.

## A MULTISPORTPRO (4 CSATORNÁS) KÉSZÜLÉK LEÍRÁSA



- 1 Bal gomb: opció kiválasztását teszi lehetővé
- 2 OK gomb: az egyes választások jóváhagyására szolgáló gomb
- 3 C (clear) gomb: jóváhagyás utáni visszalépést tesz lehetővé
- 4 Jobb gomb: a programok és izomzónák kiválasztására szolgáló gomb
- 5 ON/OFF gomb: bekapcsolja és kikapcsolja a készüléket
- 6 4 teljesítménygomb :  
+ : Növeli a teljesítményt / 1 – 30-as szint  
- : Csökkenti a teljesítményt / 30- 1 szint

## A KIJELZŐ LEÍRÁSA



- Az akkumulátor töltési szintjét jelző lámpa
- Kijelzi a kiválasztott program számát
- Kijelzi a programból hátralévő időt
- ALT** Váltakozó izom opciók (választási lehetőség a PG01 - PG08 programokon) Kiválasztja, hogy 2 izomcsoportot szeretne felváltva edzeni
- SIM** Egyidejű izmok opció (alapbeállítás szerinti választás). Kiválasztja, hogy 2 izomcsoportot szeretne egyszerre edzeni.
- Bemelegítés fázis be- és kikapcsolása
- Sportprogramok
- Egészségmegőrző programok

## A PROGRAMOK



### SPORTPROGRAMOK

#### A BŐR ELŐKÉSZÍTÉSE



Csökkenti a bőr gátlásának impedanciáját. Felkészíti a bőrt a programok által kibocsátott áram felvételére.

**Időtartam:** 2 perc aktív fázis

#### AZ IZOMTÖMEG VISSZANYERÉSE



A program segíti az izomtömeg elvesztésének megelőzését, aminek általában az az oka, hogy egy végtágot nem használnak vagy mozdulatlan időszak után.

**Időtartam:** 40 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### AZ IZOMTÖMEG MEGERŐSÍTÉSE



Ez a program csak normál izomtömegre használható. A PG04 és a PG05 segítségével fejleszhető az izom ereje.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### IZOMELLENÁLLÁS



A stimuláló frekvenciatarományok célja a jelentős izomerők fenntartási képességének növelése.

**Időtartam:** 30 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### IZOM ÁLLÓKÉPESSÉGE



Miután a PG04 révén elértük a nagy erőfeszítések fenntartását, a PG05 program segítségével a nagy intenzitással kifejtett izomerők időbeni fenntartását a lehető legjobban stimulálva a lassú rostokat.

**Időtartam:** 30 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### IZOMZAT FENNTARTÁSA



Ez a program lehetővé teszi a megszerzett előnyök megtartását állóképesség, ellenállás és az izomtömeg szempontjából.

**Időtartam:** 30 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### KIROBBANÓ ERŐ



Ez a program logikusan az PG03 és PG04 folytatásához tartozik. Lehetővé teszi egy izom maximális erejének elérését a nagyon nagy sebességű rostok stimulálásával, az összehúzódás erejének a legnagyobbak kell lennie.

**Időtartam:** 30 perc aktív fázis + 6 perc pihenés

#### PIHENÉS



A frekvencia 0,5 és 8 Hz közötti pásztaázásának köszönhetően lehetővé teszi az izmok számára a gyorsabb pihenést a relaxáló, endorfin hatásával és a véráram növelésével.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

#### TENS



Fájdalomcsillapító program elektromos neurostimulációval, a frekvenciák fokozatos változásával. Az elektródákat a fájdalmas területen kell elhelyezni.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

#### ENDORFIN



A 40 - 160 Hz frekvenciával való pásztaázásnak köszönhetően a program használatával az izmok hatékonyan megszabadulhatnak az izomfeszültségektől.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

#### VÉRELLÁTÁS



Ezzel a programmal a nehéz lábak érzésétől szabadulhatunk meg.

**Időtartam:** 26 perc aktív fázis

## OLVASSA EL A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA ELŐTT

Ön egy hatékony és nagy teljesítményű professzionális készüléket vásárolt.

Érdemes időt szentelnie arra, hogy megismerje a működését.

1 – Olvassa el figyelmesen ezt a használati utasítást

2 – Használat előtt tegye töltésre a készüléket (I-E kép, 3. oldal)

3 – Próbálja ki a készüléket a kvadricepszen a következő gyorsteszt szerint

## GYORS MŰKÖDÉSI TESZT

### PRÓBÁLJA KI KÉSZÜLÉKÉT A KVADRICEPSEKEN

- Vegyen egy 1/2 övet, vigyen fel a benne lévő elektródákra egy réteg krémet (III-E kép, 4. oldal), vagy vegyen 2 öntapadó elektródat és nedvesítse meg őket (I-E kép, 3. oldal)
- Dugja be az első csatornába (2 azonos színű dugót 2 azonos színű dugóhoz).
- Kapcsolja be a készüléket az „” gombbal, majd nyomja meg 6-szor egymás után az „OK” gombot.
- Növelje fokozatosan ennek a csatornának a teljesítményét.
- A próbák segítségével megismerheti, hogyan tudja a készülék teljesítményét kihasználni.

## I. AZ AKKUMULÁTOR TÖLTÉSE

A készülék tölthető akkumulátort tartalmaz, tehát célszerű a vásárlás után 12 óráig tölteni a tápegységet a hálózatra csatlakoztatva. A készüléket nem lehet használni az akkumulátor töltése közben.

Amennyiben nem használja a készüléket, töltsse fel 12 órán keresztül az akkumulátort 4 havonta.

A készülék automatikusan készenléti állapotba kerül az akkumulátor feltöltődése után, biztosítva ezáltal az akkumulátor védelmét a túltöltődéssel szemben.

A készülék töltéséhez csatlakoztassa a készülékhez a töltőt (a készülékhez mellékelve) (I-E kép, 3. oldal).

### AZ AKKUMULÁTOR TÖLTÉSÉNEK KIJELZÉSE

Az akkumulátor töltése alatt az elem jelzés „”, „”, „”, „” kijelzéssel mutatja a folyamatban lévő töltést.

Elkezdődik töltésideő visszaszámolása 12:00-ig.

Amikor a töltés befejeződött az „00” szám jelenik meg a stopper piktogramjának bal oldalán, megjelenik a „” elem jelzés.

A töltő kihúzásakor a kijelző kialszik.

Az üres elem azt jelzi „”, hogy az akkumulátor lemerült.

## II. A KÉSZÜLÉK BEKAPCSOLÁSA

### 1 ÜTEM: KIJELZŐ - BEKAPCSOLÁS -

Figyelem! A bekapcsoláshoz maximum 1 másodpercig röviden nyomja meg a „” gombot (piros gomb).

Minden piktogram megjelenik 3 másodpercen keresztül, majd kiallszanak és az elülső izmok villognak.

Ha túl hosszasan nyomja meg a gombot, a kijelző villog és mutatja a benne lévő összes piktogramot.

A készülék leállításához nyomja meg rövid ideig a „” kapcsolót.

Ha a menübe szeretne visszalépni, nyomja meg a „” gombot, vagy nyomja meg kétszer röviden az „” gombot.

### 2 ÜTEM: A STIMULÁLANDÓ EGY VAGY TÖBB IZOMZÓNA KIVÁLASZTÁSA

**Az első zóna kiválasztása:**

A kijelzőn „01” jelenik meg, ami azt jelenti, hogy felkínálja az első izomzóna kiválasztását.

- Ha az elülső izmokat szeretné választani, hagyja jóvá az „OK” gombbal.

- Ha a hátizmokat szeretné választani, nyomja meg a „” gombot.

- Ha vissza szeretne térni az elülső izmokhoz, nyomja meg a „” gombot.

Ha az elülső izmokat választotta: az első alsó izomzóna villog: kvadricepsz.

Ha a hátizmokat választotta: az első alsó izomzóna villog: vádlik.

Nyomja meg a „” gombot a visszatéréshez és a különböző izomzónák futtatásához.

A visszatéréshez nyomja meg a „” gombot.

Miután kiválasztotta az izomcsoportot, hagyja jóvá az „OK” gombbal.



### EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ PROGRAMOK

#### MASSZÁZS



Ez a program az optimális masszázis érdekében 3 és 10 Hz között fokozatosan változó frekvenciákból áll.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

#### IZOMLAZÍTÁS



A 0,25 - 3,5 Hz frekvenciával való pásztaázás révén ez a program lehetővé teszi az izmok gyorsabb lazítását.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

#### AKTÍV PIHENÉS



Ezt a programot közvetlenül intenzív erőfeszítés után kell használni. A PG11 által keltett valamennyi frekvencia segíti az erőfeszítés utáni izommunka fenntartását, elősegíti a véráram növekedését és az endorfin felszabadulását. Az egyes frekvenciasorozatok váltakozása izomlazító hatást eredményez.

**Időtartam:** 20 perc aktív fázis

A második zóna kiválasztása:

Az összes piktogram villog ismét és a kijelzőn, **02** jelenik meg.  
A kijelző egy második izomzóna kiválasztását kínálja fel:  
A második izomzóna kiválasztásához hagyja jóvá ismét vagy a hátizmokat, majd nyugtázza az, **OK** gombbal.  
Válasszon ki ismét egy másik izomzónát, majd nyugtázza az, **OK** gombbal.  
Ha csak egy izomzónát szeretne, nyomja meg a, **◀** gombot, és térjen át a harmadik ütemre.  
A kiválasztott egy vagy több izomzóna megjelenik a kijelzőn

3 ÜTEM: A PROGRAM KIVÁLASZTÁSA

A bal oldali programok (SPORT programok ) villogva jelennek meg.  
Ha a SPORT programokat  választja, nyugtázza az, **OK** gombbal.  
Ha az EGÉSZSÉG programokat  választja, nyomja meg a, **▶** gombot, majd nyugtázza az, **OK** gombbal.  
Ezután futtassa a programokat a, **▶** gomb megnyomásával.  
A kijelzőn megjelenik először az első alsó piktogram, majd ezzel egyidejűleg a kijelző felső részén a megfelelő program száma.  
Ha vissza szeretne térni, nyomja meg a, **◀** gombot.  
Ebben a fázisban tehát a stimulálandó egy vagy több izomzónát és a programot kell kiválasztani.

4 ÜTEM: A „BEMELEGÍTÉSI FÁZIS” ÉS AZ ALT/SIM OPCIÓ KIVÁLASZTÁSA

(csak a **Pe02 - Pe07** programoknál).  
A,  BEMELEGÍTÉSI FÁZIS” piktogram villog a kijelző jobb felső részén.  
A készülék ekkor a program aktiv fázisának megkezdése előtt egy bemelegítés fázist kínál fel.  
Ha szeretné kiválasztani, nyomja meg az, **OK** gombot, ha nem, nyomja meg a, **◀** gombot és nyugtázza az, **OK** gombbal (eltűnik a kijelzőről).  
A,  piktogram villog.  
Az, **ALT** kiválasztásához (felváltva) nyomja meg a, **◀** gombot, válassza ki a, **SIM** (egyidejűleg) pontot, nyomja meg a, **▶** gombot, majd nyugtázza az, **OK** gombbal.  
Ha kiválasztotta a bemelegítési fázist, a, **SIM** a program elején megjelenik, mert a bemelegítés fázis mindenképpen egyidejű módban történik.  
A kijelzőn a következő látható: az akkumulátor töltési szintje, a fázis időtartama (visszaszámlálás percenként), a stopper piktogramja, az, **ALT** vagy, **SIM** opció, valamint a bemelegítési fázis, ha kiválasztotta.  
A kiválasztott program piktogramja világít, és az egy vagy több kiválasztott izomzóna felváltva villog.

5 ÜTEM: AZ INDÍTÁS – AZ ÁRAMERŐSSÉGEK BEÁLLÍTÁSA

Az elem gyenge, azt tanácsoljuk, hogy ne indítsa el a programot.  
A teljesítmény szint megjelenti a a kijelző alsó részén. A teljesítmény szint megjelenik a kijelző alsó részén.  
A, **—** gomb hosszas lenyomásával gyorsan 0-ra csökken a teljesítmény.

6 ÜTEM: A PROGRAM LEFUTÁSA:

**A, C” (Clear) gomb használata:**  
A program időtartama alatt, ha egy fázis lefutása alatt megnyomja a, **C** gombot, a fázis ideje lenullázódik.  
Megkezdődik a következő fázis, kivéve akkor, ha a program végéhez érkezett.  
Ebben az esetben ezzel a gombbal visszajut az első izomzóna kiválasztásához (mint a program normál befejezésekor).

Az elektródák szétkapcsolódása a program közben:

Ha egy elektróda szétkapcsolódik, az adott csatorna **00** lesz és villog 30 másodpercen át, mielőtt fix **00** jelenne meg.  
Ez alatt a 30 másodperc alatt vissza lehet csatlakoztatni az elektródát és vissza lehet állítani a kívánt teljesítményre.

7 ÜTEM: PROGRAM VÉGE – LEÁLLÁS

Az edzés végén a kijelző új edzés elindítását kínálja fel, villogtatva az elülső izmokat az első izomzóna kiválasztásához.  
Kezdje újra az indítási folyamatot, ha folytatni szeretné egy másik izomzónán.  
Ha nem, nyomja meg a, **0** gombot a leállításához.  
Ha a készüléket nem használják, körülbelül 5 perc elteltével készenléti állapotba kerül.

JAVASLATOK: FELSŐ IZMOK VAGY ALSÓ IZMOK KIVÁLASZTÁSA

Különbőség van a felső izmok és alsó izmok programjai között.  
Azt javasoljuk, hogy ne válassza ki egyszerre a felső és alsó izmokat, mert ebben a készülék a felső izmokat részesíti előnyben és érezhetően csökken a munka teljesítménye az alsó izmokon.

III. A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA

A / AZ ELEKTÓDA FUNKCIÓ

Ezzel a funkcióval öntapadó elektródák használatára van lehetőség, a készülékhez csatlakoztatva őket.

1 ÜTEM:

Fogja meg az elektródákat és vegye le rólok egyenként a védőkupakot. Nedvesítse meg az elektródákat néhány csepp vízzel megnedvesített ujjhegyével, majd várjon 2 percig (I -A rajz, 3. oldal).

2 ÜTEM:

Helyezze el a testén a 2. oldal II-A , B, vagy C ábrája szerint az elektródákat (az elhelyezéseket csak tájékoztató jelleggel adtuk meg).  
Az elektródákat a kiválasztott programnak megfelelően helyezze el.  
**FONTOS!** A készülék optimális használata érdekében olvasson el minden oldalt, és vegye figyelembe a használatra adott példákat.

| Példák a használatra: (II. fényképek, 3. oldal)                                                             |                                               |                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| ● = B (kék) csatorna dugó ; ○ = C csatorna dugó (narancssárga) ; SUP = felső végtagok ; INF = alsó végtagok |                                               |                                                 |
| fényképek <b>A</b> - Mellizmok                                                                              | fényképek <b>B</b> - Vállak                   | fényképek <b>C</b> - Trapézizmok                |
| 1 - Nagy mellizom<br>⚠ Ne helyezze az elektródákat a szív környékére                                        | 2 - Középső deltaizom<br>3 - Hátsó<br>4 - Elő | 9 - Felső trapézizom<br>10 - Középső trapézizom |

3 ÜTEM:

Fogja meg a csatlakozót (CEV8) (I-B kép, 3. oldal) és dugja be:  
1° - az elektródához (I -C kép, 3. oldal)  
2° - majd a készülékhez (I -D kép, 3. oldal)

4 ÜTEM:

A csatlakozódobozt az elektródákkal az 1 méter hosszú, 4 darab, egyenként 2 vezetékű álló vezetékcsoporthoz köti össze, a végén két csoport 4-es csatlakozódugó található.  
A MULTISPORTPRO készüléket rögzítheti az öv hátoldalán, ruhán vagy alsóneműn a csipetjével.

5 ÜTEM:

Kapcsolja be a készüléket a II. bekezdésben korábban részletezett „A készülék bekapcsolása” leírásának megfelelően.  
Az izomösszehúzóerőnek erőteljesnek kell lenniük, de soha nem fájhatnak.  
Ha kellemetlen érzés van az elektródáknál: csökkentse a teljesítményt a legkisebbre, helyezze át az elektródát vagy elektródákat, majd emelje fokozatosan a teljesítményt.  
Az így kialakított legkényelmesebb beállításokkal hagyja készülékét a program teljes időtartama alatt dolgozni.

6 ÜTEM:

Miután a program befejeződött, húzza ki az elektródákat a csatlakozóból (CEV8), majd a csatlakozót a készülékből.  
Válassza le óvatosan az elektródákat, nedvesítse meg őket néhány csepp vízzel, majd gondosan tegye vissza a műanyag védőtokot.  
Az elektródákat nylonzacskóban tárolja, hűvös helyen (például a hűtőszekrény zöldséges dobozában).

## B / AZ ÖV FUNKCIÓ

A többfunkciós öv használható egészben, vagy szétválasztható 2 fél-övre.

Az egész övet a hasra, fenékre, hátra kell használni.

Szétválasztás után a 2 "fél-öv" használható a karokra, combokra vagy vádlira.

A többfunkciós öv beépített elektródákkal rendelkezik, amelyre rá kell tenni a SPORT-ELEC® krémet.

A krém elősegíti az érintkezést az elektródák és a bőr között.

Masszázs és elektromosságot vezető tulajdonságai javítják a használat kényelmét és a stimulálás hatékonyságát.

A krém használható külön is, a testbe masszírozva.

Ha szeretne új tubus krémet beszerezni, on-line üzletünkben beszerezheti, vagy forduljon megszokott viszonteladójához.



**Nem szabad az övet a krém nélkül használni.**

**Csak a SPORT ELEC® Institut által forgalmazott krémet használjon.**

## ELŐVIGYÁZAT A KRÉM HASZNÁLATA SORÁN

- Allergia esetén ne használja tovább a krémet
- Lenyelni nem szabad.
- Ne hagyja, hogy a gyermekek hozzáférjenek
- Szembe kerülése esetén öblítse ki azonnal vízzel.

## AZ ÖV ISMERTETÉSE:

**Előlső oldal: (III - A kép, 4. oldal)**

1 = Központi csatlakozók 2 = Vezetékrendező 3 = Csatlakozó vezeték 4 = Tépőzár

**Elektróda oldal: (III - B kép, 4. oldal)**

4 beépített elektróda

## 1. ÜTEM: CSATLAKOZTATÁS ÉS AZ ÖV ELHELVEZÉSE.

- Ellenőrizze, hogy a SPORT-ELEC® készülék KIKAPCSOLT állapotban legyen.
- Fogja meg a csatlakozót (CEV8) (I-B kép, 3. oldal) és dugja be:
  - Az öv csatlakozóhoz, szín csoportonként (pl.: kék csatlakozó kék vezetékkel, narancssárga csatlakozót a sárga vezetékkel...)
  - (III - C, kép, 4. oldal).
  - majd a készülékhez (III - D kép, 4. oldal).
- Vigyen fel egy vastag réteg elektromosságot vezető masszázskrémot az övre beépített elektródákra (a domború rész - III - E kép, 4. oldal)
- Tegye az övet vagy a 2 fél-övet a stimulálandó zónára vagy zónákra, és állítsa be a tépőzáras szalagokkal úgy, hogy a beépített elektródák megfelelően érintkezzenek a bőrrel.
- (IV képek, 4. oldal: A = hasi, B = derék, C = kar, D = combok, E = vádli, F = hát)
- Nyugodtan mozdítsa el az övet kissé balra vagy jobbra (vigyázat, a készüléknek kikapcsolt állapotban kell lennie!), hogy érezze az összehúzóerőt a teljes hasi övön.
- Ha bármilyen fájdalmat vagy szúrásokat érez egy elektródánál, csatlakoztassa ki a készüléket és ellenőrizze, hogy eléggé be van-e vonva a krémmel.

## JÓTANÁCS:

### • A teljes öv elhelyezése:

A teljes övet úgy tudja a legjobban elhelyezni, hogy a 2 csíkot keresztezte meg, hogy a két vége a külső tépőzáras részre kerüljön (V-A kép, 4. oldal).

### • A fél-öv elhelyezése a karon:

Állítsa be a fél-övet a karja területére, mielőtt majd szükség esetén kezdje újra, hogy a beállítás jó legyen (V - B képek, 4. oldal).

## 2. ÜTEM: AZ ÖV FUNKCIÓ BEKAPCSOLÁSA

Miután csatlakoztatta a készüléket, helyezkedjen el kényelmesen és kapcsolja be a készüléket a II. bekezdésben korábban részletezett „A készülék bekapcsolása” leírásának megfelelően.

## 3. ÜTEM: AZ ÖV FUNKCIÓ KIKAPCSOLÁSA

Miután a program befejeződött, húzza ki a készüléket a csatlakozóból (CEV8) és az övből.

Távolítsa el a megmaradt krémet a beépített elektródákról egy vízzel megnedvesített törülközővel, majd szárítsa meg.

## IV. HASZNÁLATI JAVASLATOK

### A készüléket a gyógytornászok a funkcionális rehabilitációhoz ajánlják.

- Az egyik program ciklusát el lehet kezdeni másik izomzónán, vagy változtatni lehet a programot ugyanazon az izomzónán maradván, de nem szabad túllépni a 40 perc használati időt (aktív fázis) izomzónánként és naponként.
- Az optimális használat érdekében nézze meg a kézikönyvben lévő ábrákat.
- A készülék kapcsolódobozát és a vezetékeket 1/10 arányban vízzel hígított fertőtlenítő oldattal átitatott (Mercryl típusú) ronggyal kell tisztítani.
- Az öntapadó elektródák használat előtt és után rehidratálhatók fertőtlenítő anyaggal (pl.: Hémoximéne)
- Az öntapadó elektródákat vissza kell tenni tartójukra és hűvös helyen kell tárolni őket, +5°C és +10°C között.
- Az öntapadó elektródák élettartama körülbelül 40 használat, rendelje meg őket on-line üzletünkben [www.sport-elc.com](http://www.sport-elc.com), vagy forduljon megszokott viszonteladójához.

### HASZNÁLATI ÓVINTÉZKEDÉSEK

- Ne használja a készüléket az arcára.
- Ne hagyja, hogy a gyermekek hozzáférjenek
- Kérje orvosa tanácsát:**
  - elektronikus vagy fém implantátumok esetén általában (csapok stb.)
  - bőrbetegség esetén (sebek...)

### FIGYELMEZTETÉSEK:

- Ne használja a készüléket vezetett vagy gépen végzett munka közben.
- Ne használja az elektromos izomerősítő készüléket nedves környezetben, fürdőszobában, szaunában és hálózatra csatlakoztatott földelt elektromos készülékek vagy földelt csővezeték közelében.
- A páciens nagyfrekvenciájú sebészeti készülékkel való egyidejű érintkezése a stimulátor elektródáinál égési sérüléseket okozhat, a stimulátor pedig tönkremehet.
- Rövidhullámú terápiás készülékek közelében a működés során a stimulátor kimenő teljesítménye instabillá válhat.

### JAVASLATOK:

Amikor élettartama végén megválnak a

készüléktől, tartsa be a nemzeti előírásokat.

Kérjük, hogy helyezze el a készüléket egy erre a célra szolgáló helyen, hogy a környezet kímélésével lehessen ártalmatlanítani.



### ELLENJAVALLATOK

**Ne használja a SPORT-ELEC® készüléket:**

- A szív környékére
- Ha szívritmus-szabályozót (pacemaker) használ
- Ha állapotos
- Szülést követően várjon 6 hétig a használatlalt.
- Neuromuskuláris betegségek esetén
- Vérzéssel járó betegségek esetén

### AZ ÖV KARBANTARTÁSÁVAL ÉS TISZTÍTÁSÁVAL KAPCSOLATOS TANÁCSOK

- FIGYELEM! Mosógépben és bő vízben való mosás, ruhaszáritó használata és vasalás TILOS
- Nem tisztítható vegytisztítással.
- Ne használjon hipót
- Az övet mosószerrel átitatott szivaccsal tisztítsa, majd törölje át egy ronggyal.
- A kapcsolódobozt 1/10 arányban vízzel hígított fertőtlenítő oldattal átitatott (Mercryl típusú) szövetel tisztítsa.
- A beépített elektródákat víz és hipóallergén tisztítószert keverékével tisztítsa meg, majd öblítse el alaposan.

### SUGÁRZÓ ELEKTROMOS MEZŐ

EN55011 / EN60601- 2- 10

| frekvencia (MHz) | Elektromos mező 3 méter (dB(μV/m)) |
|------------------|------------------------------------|
| 200,0            | < 30                               |
| 400,0            | < 30                               |
| 600,0            | < 30                               |
| 800,0            | < 30                               |
| 1000,0           | < 30                               |

**INFORMÁCIÓ: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. MŰSZAKI JELLEMZŐK

### A KÉSZÜLÉK:

|                                                        |                                                                          |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Áram típusa.....                                       | Kétfázisú                                                                |
| Programok száma.....                                   | 8 "SPORT" program - 6 "EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ" program                          |
| Programok (vagy fázisok) variációinak száma.....       | 344                                                                      |
| Állítható független csatornák száma.....               | 4                                                                        |
| Maximális áramerősség 500Ω / csatorna terhelésnél..... | 100 mA / 500 Ohm / csatorna                                              |
| Frekvenciatartomány.....                               | 0,25 és 160 Hz között                                                    |
| Impulzus szélesség tartomány.....                      | 70 - 360 μs között                                                       |
| Áramellátás 4,8 V- 1300 mAh.....                       | Tölthető Ni-MH akkumulátor                                               |
| Hálózati áramellátás (Hiv. THA239025).....             | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA – II. érintésvédelmi osztály              |
|                                                        | Szabvány EN 60601-1 – Csak a készülékhez mellékelt tápegységet használja |

|                                                    |                                                                                                 |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A készülék méretei és súlya.....                   | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                       |
| Automatikus leállás minden program végén.....      | Igen                                                                                            |
| Bekapcsolási biztonság.....                        | 100%                                                                                            |
| Tárolási hőmérséklet / Relatív páratartalom.....   | 0°C - + 45°C / 10% - 90%                                                                        |
| Használati hőmérséklet / Relatív páratartalom..... | + 5°C - + 45°C / 20% - 65%                                                                      |
| Besorolási típus.....                              | alacsony frekvencia                                                                             |
| Figyelem.....                                      | olvassa el figyelmesen a tájékoztatót.                                                          |
| Az orvosi készülékekre vonatkozó CE jelölés.....   | CE 0459                                                                                         |
| RoHS.....                                          | A készülékeket nem tartalmaznak olyan anyagokat, amelyek káros hatással lehetnek a környezetre. |
| Garancia.....                                      | 2 év                                                                                            |

### ÖV:

|                           |                                                                     |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Méret.....                | Egy méret (körülbelül 150 cm hosszú)<br>(azaz két 75 cm-es fél-öv). |
| Súlya.....                | 150 g                                                               |
| szövet.....               | szivacsra laminált poliészter                                       |
| Beépített elektródák..... | szilikon                                                            |
| Becsült élettartam.....   | körülbelül 12 hónap                                                 |

### ELEKTROMOSSÁGOT VEZETŐ KONTAKT KRÉM:

|                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| Csomagolás.....     | 75 ml / 2,54 fl Oz |
| útmutató száma..... | VC 57B/53-148      |

### ELEKTRODÁK:

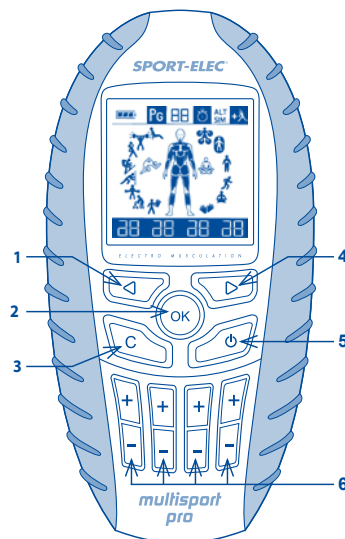
|                         |                                   |
|-------------------------|-----------------------------------|
| Elektródák.....         | Hidrofíl és hipoallergén öntapadó |
| Méretei.....            | 89 x 50 mm                        |
| Becsült élettartam..... | legfeljebb 40 használat           |

### GARANCIA:

Az öv, a krém és az elektródák személyes használatra szolgálnak. Higiénés okokból nem vásárolhatók és nem cserélhetők vissza.

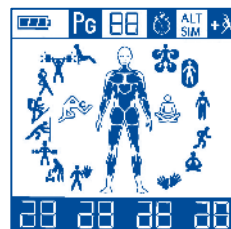
Made in P.R.C.

## OPIS APARATU MULTISPORTPRO (4 KANA Y)



- 1 Lewy klawisz : pozwala wrócić wstecz lub wykonać inny wybór
- 2 Klawisz OK : przycisk zatwierdzenia ka - dego wyboru
- 3 Klawisz C (clear) : pozwala wrócić wstecz po zatwierdzeniu
- 4 Prawy klawisz : przycisk wyboru (programy, mięśni strfy.)
- 5 Klawisz ON/OFF : do włączania i wyłączenia aparatu
- 6 4 Klawisz mocy  
+ : zwiększam moc / poziom od 1 do 30  
- : zmniejszam moc / poziom od 30 do 1

## OPIS EKRANU



- Wskaźnik poziomu ładowania baterii
- Wyświetla numer wybranego programu
- Wyświetla odczytanie czasu
- Opcja przemiennego wiczenia mi ni (wybór możliwy dla programów od PG01 do PG08). Wybierasz przemiennie ćwiczenie 2 grup mięśni.
- Opcja jednoczesnego wiczenia mi ni (wybór domyślny). Wybierasz jednoczesne ćwiczenie 2 grup mięśni.
- Faza rozgrzewki, którą możesz uaktywnić lub nie, jeśli jej nie uaktywniasz
- Programy sportowe
- Programy lecznicze

## PROGRAMY



### PROGRAMY SPORTOWE

#### **Pg 01** PRZYGOTOWANIE SKÓRY



Obniżenie impedancji warstwy ochronnej skóry. Przygotowuje skórę do przenikania prądów generowanych przez programy.

**Czas trwania** : 2 min aktywnych faz

#### **Pg 02** ODZYSKANIE MASY MIĘŚNIOWEJ



Program ten pozwala zapobiec utracie masy mięśniowej lub pozwala zwalcza utratę masy mięśniowej z powodu braku ich wicia lub w następnym okresie unieruchomienia.

**Czas trwania** : 40 min aktywnych faz + 6 min

#### **Pg 03** WZMOCNIENIE MASY MIĘŚNIOWEJ



Program ten stosuje się tylko do mięśni o normalnej masie. PG04 i PG05 pozwalają rozwinąć siłę mięśni.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz + 6 min odzyskania

#### **Pg 04** WYTRZYMAŁOŚĆ MIĘŚNI



Zakres częstotliwości stymulacji w celu zwiększenia zdolności wytrzymania znacznych wysiłków mięśniowych.

**Czas trwania** : 30 min aktywnych faz + 6 min odzyskania



### PROGRAMY LECZNICZE

#### **Pg 09** MASAŻ



Program ten składa się ze zmiennych częstotliwości od 3 do 10 Hz w celu optymalizacji efektu masażu.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 10** DZIAŁANIE RELAKSUJĄCE



Program ten dzięki zakresowi częstotliwości od 0,25 do 3,5 Hz pozwala na szybsze odprężenie mięśni.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 11** CZYNNE ODZYSKANIE SPRAWNOŚCI



Program ten należy wykonać zaraz po intensywnym wysiłku. Częstotliwości generowane przez PG11 pozwalają utrzymać pracę mięśni po wysiłku, sprzyjają zwiększeniu pojemności minutowej serca. Każda z tych częstotliwości działa na przemian z działaniem relaksującym.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 05** WYTRZYMAŁOŚĆ MIĘŚNI W CZASIE



Po programie PG04 w celu wytrzymania znacznych wysiłków, program PG05 pozwala wytrzymać w czasie wysiłki mięśni o dużym natężeniu poprzez maksymalną stymulację włókien mięśniowych.

**Czas trwania** : 30 min aktywnych faz + 6 min odzyskania

#### **Pg 06** UTRZYMANIE MIĘŚNI W DOBRYM STANIE



Program ten pozwala zachować osiągnięty poziom wytrzymałości w czasie i wytrzymałości masy mięśniowej.

**Czas trwania** : 30 min aktywnych faz + 6 min odzyskania

#### **Pg 07** SIŁA WYBUCHOWA



Program ten stanowi ciągłość programów PG03 i PG04. Pozwala osiągnąć maksymalną siłę mięśni poprzez szybką stymulację włókien mięśniowych, natężenie skurczu mięśni powinno być maksymalne.

**Czas trwania** : 30 min aktywnych faz + 6 min odzyskania

#### **Pg 08** ODZYSKANIE SPRAWNOŚCI



Program ten dzięki zakresowi częstotliwości od 0,5 do 8 Hz pozwala na szybsze odzyskanie sprawności mięśni poprzez działanie relaksujące i zwiększające pojemność minutową serca.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 12** TENS



Zakres częstotliwości stymulacji w celu zwiększenia zdolności wytrzymania dużych wysiłków mięśni.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 13** ENDORPHINIC



Dzięki zakresowi częstotliwości od 40 do 160 Hz, program ten pozwala skutecznie łagodzić ból (napięcia) mięśniowe.

**Czas trwania** : 20 min aktywnych faz

#### **Pg 14** UNACZYNIENIE



Program ten pozwala łagodzić uczucie ciężkich nóg.

**Czas trwania** : 26 min aktywnych faz

## DO PRZECZYTANIA PRZED UŻYCIEM APARATU

**Nabyłeś profesjonalny aparat o wysokiej wydajności i mocy.**

**Musisz znaleźć czas, aby poznać jego funkcjonowanie.**

1 - Przeczytaj uważnie instrukcję obsługi

2 - Przed użyciem, należy ładować baterie aparatu (zdejmij I E strona 3)

3 - Wypróbuj aparat na mięśniach czworogłowych w podany poniżej sposób

## SZYBKA PRÓBA FUNKCJONOWANIA

**WYPRÓBUJ SWÓJ APARAT NA MIĘŚNIACH CZWOROGŁOWYCH**

1 - Weź połowę pasa, nanieś warstwę kremu na wbudowane elektrody (zdejmij III-E strona 4).

2 - Włącz na pierwszy kanał (2 wtyczki tego samego koloru z drugimi 2 wtyczkami tego samego koloru).

3 - Włącz aparat za pomocą klawisza "⬅" i naciśnij kolejno 6 razy przycisk "OK".

4 - Stopniowo zwiększaj moc tego kanału.

5 - Po zakończeniu tego próbnego programu, poznasz własne możliwości korzystania z Twojego aparatu.

## I. ŁADOWANIE BATERII

Aparat działa na ładowalne baterie, które należy po zakupieniu aparatu ładować przez 12 godzin poprzez podłączenie aparatu do gniazda zasilającego.

Nie można używać aparatu podczas ładowania baterii.

W przypadku nieużywania aparatu, należy ładować baterie przez 12 godzin co 4 miesiące.

Aparat przełącza się automatycznie w stan oczekiwania gdy baterie są wyładowane zabezpieczając je w ten sposób przed nadmiernym wyładowaniem.

W celu ładowania aparatu, podłącz ładowarkę dostarczoną z aparatem (zdejmij I-E strona 3)

### WYŚWIETLANIE POZIOMU ŁADOWANIA BATERII

Podczas ładowania baterii, zostaje wyświetlona najpierw "00", "00" następnie "000" poziomu wskaźnika ładowania baterii w celu podania aktualnego stanu ładowania.

Zostaje liczony czas ładowania od "12" do "00".

Gdy ładowanie jest zakończone, z lewej strony piktogramu chronometru zostaje wyświetlona cyfra "00".

Następnie zostaje wyświetlone "000" piktogramu baterii.

Gdy odłączysz ładowarkę, ekran zgaśnie.

Gdy wskaźnik baterii jest pusty "00", to znaczy, że bateria jest wyczerpana.

## II. URUCHOMIENIE APARATU

### ETAP 1 : WYŚWIETLANIE – WŁĄCZANIE POD NAPIĘCIE

uwaga przed początek ( czerwone dotknięcie "⬅").

Realizować krótki nacisk od 1 sekunda na "⬅".

Wszystkie piktogramy zostają wyświetlone i migają przez 3 sekundy, następnie zaczynają migać piktogramy mięśni przednich.

Jeżeli wy realizować długie nacisk, wasz ekran błyska i wskazuje was całość pictograms który to zawiera.

Żeby przerywać urządzenie, pchać nacisk krótko na "⬅".

Żeby zwracać jadtospisowi, wyrabiają 2 krótkie naciska "⬅".

### ETAP 2 : WYBÓR STREF MIĘŚNIOWYCH DO STYMULACJI

**Wybór 1-szej strefy :**

Ekran wyświetla "01", co znaczy, że możesz wybrać pierwszą strefę mięśniową.

- Gdy chcesz wybrać mięśnie przednie, zatwierdź za pomocą klawisza "OK".

- Gdy chcesz wybrać mięśnie grzbietowe, naciśnij klawisz "D".

- Gdy chcesz wrócić do mięśni przednich, naciśnij klawisz "C".

Gdy wybrałeś mięśnie przednie: miga 1-sza dolna strefa mięśniowa : mięśnie czworogłowe.

Gdy wybrałeś mięśnie grzbietowe: miga 1-sza dolna strefa mięśniowa : mięśnie bliźniacze.(Lydki)

Naciśnij klawisz "▷" aby przejść do górnej strefy lub przeglądać inne strefy mięśniowe.  
Aby wrócić wstecz, naciśnij klawisz "◀".  
Po wybraniu grupy mięśniowej, zatwierdź za pomocą klawisza "OK".

**Wybór 2-jej strefy:**

Ponownie migają wszystkie piktogramy i ekran wyświetla "02".  
Możesz wybrać 2-gą strefę mięśniową:  
Aby wybrać 2-gą strefę mięśniową, zatwierdź ponownie mięśnie przednie lub mięśnie grzbietowe za pomocą "OK".  
Wybierz ponownie inną strefę mięśniową, następnie zatwierdź za pomocą "OK".  
Gdy chcesz wybrać tylko jedną strefę mięśniową, naciśnij klawisz "◀" i przejdź do etapu 3.  
Wybrana strefa lub wybrane strefy zostają wyświetlone na ekranie.

**ETAP 3 : WYBÓR PROGRAMU**

Programy z lewej strony (programy SPORTOWE ) zostają wyświetlone i migają.  
Gdy wybierasz programy SPORTOWE , zatwierdź za pomocą "OK".  
Gdy wybierasz programy LECZNICZE , naciśnij klawisz "▷" i zatwierdź za pomocą "OK".  
Przeglądaj programy na ekranie naciskając klawisz "▷".  
Najpierw, na dole ekranu zostanie wyświetlony 1-szy piktogram i jednocześnie na górze zostaje wyświetlony numer odpowiadającego programu.  
Gdy chcesz wrócić wstecz naciśnij klawisz "◀".  
Na tym etapie, wybrałeś strefę mięśniową (strefy mięśniowe) do stymulacji i program.

**ETAP 4 : WYBÓR „FAZY ROZGRZEWKI” I OPCJI „ALT/SIM”**

(Wyłącznie dla programów od  do ).  
Piktogram  FAZA ROZGRZEWKI miga na górze z prawej strony.  
Możesz wybrać fazę rozgrzewki przed rozpoczęciem aktywnej fazy programu.  
Gdy chcesz wybrać tę fazę, naciśnij na "OK", w przeciwnym razie, naciśnij klawisz "◀" i zatwierdź za pomocą "OK" (piktogram znika z ekranu).  
Następnie piktogram  "ALT" miga.  
Aby wybrać "ALT", naciśnij klawisz "◀", aby wybrać "SIM", naciśnij klawisz "▷", następnie zatwierdź za pomocą "OK".  
Gdy wybrałeś fazę rozgrzewki, "SIM" zostanie wyświetlony przy uruchomieniu programu, ponieważ faza rozgrzewki jest obowiązkowa w trybie jednoczesnym.  
Na ekranie zostaje wyświetlony: poziom ładowania baterii, czas trwania fazy (odliczanie minutowe), piktogram chronometru, opcja "ALT" lub "SIM" i faza rozgrzewki gdy je wybrałeś.  
Piktogram wybranego programu jest zapalony, wybrana strefa lub wybrane strefy mięśniowe migają na przemian.

**ETAP 5 : URUCHOMIENIE - REGULACJE NATĘŻEN**

Następnie, aby uruchomić program, naciśnij przyciski "+" klawiszy natężenia odpowiadającego przewodom podłączonym do elektrod lub do pasa.  
W przypadku niskiego poziomu baterii, nie należy uruchamiać programu.  
Poziom mocy zostaje wyświetlony w dolnej części ekranu.  
Natężenia różnią się w trakcie ćwiczenia w zależności od programu.  
Przez długie naciśnięcie klawisza "C", szybko sprowadzamy wartość mocy do zera.

**ETAP 6 : PRZEBIEG PROGRAMU :**

**Użycie klawisza "C" (Clear/Wymaż) :**

W czasie trwania programu, długie naciśnięcie klawisza "C" w czasie przebiegu fazy ustawia czas na 0.  
uruchamia się następna faza jeżeli nie dotarłeś do końca programu. W tym przypadku, za pomocą tego klawisza możesz wrócić do wyboru 1-szej strefy mięśniowej (jako normalny koniec programu).

**Odłączenie elektrod w czasie trwania programu:**

W przypadku odłączenia się elektrody, odpowiadający kanał ustawia się na "00" i miga przez 30 sekund zanim przejdzie do wyświetlenia nieruchomego "00".  
W tym czasie 30 sekund możesz podłączyć elektrodę lub elektrody i ustawić moc na wybranym poziomie.

**ETAP 7 : KONIEC PROGRAMU - ZATRZYMANIE W TRAKCIE ĆWICZENIA**

Na koniec ćwiczenia, ekran proponuje uruchomienie nowego ćwiczenia poprzez miganie mięśni przednich w celu wyboru 1-szej strefy mięśniowej.  
Powtórz sposób uruchomienia gdy chcesz kontynuować ćwiczenie innej strefy mięśniowej.  
W przeciwnym razie, naciśnij klawisz  aby wyłączyć aparat.  
Aparat przełącza się w tryb oczekiwania po upływie 5 minut.

**ZALECENIA : WYBÓR MIĘŚNI GÓRNYCH I MIĘŚNI DOLNYCH**

Istnieje różnica między programami mięśni górnych i programami mięśni dolnych. Radzimy nie wybierać mięśni górnych z mięśniami dolnymi, ponieważ w tym przypadku aparat daje pierwszeństwo górnym mięśniom, co zmniejsza w znacznym stopniu wydajność pracy na mięśniach dolnych.

**III. ZASTOSOWANIE APARATU**

**A / FUNKCJA ELEKTRODY**

Funkcja ta pozwala używać samoprzylepne elektrody przez ich podłączenie do aparatu.

**ETAP 1 :**

Weź elektrody i delikatnie usuń osłonę zabezpieczającą z każdej elektrody, nawet samoprzylepny żel kroplą wody naniesioną na palec i czekaj przez 2 minuty (schemat I-A strona 3)

**ETAP 2 :**

Ustaw elektrody na ciele zgodnie ze schematem II-A lub B lub C strona 3 : ustawienia elektrod podane są tylko dla informacji.  
Ustaw elektrody w zależności od programu, który wybrałeś.  
**WAŻNA UWAGA :** w celu optymalizacji zastosowania aparatu, przeczytaj uważnie każdą stronę i weź pod uwagę podane poniżej przykłady zastosowania (zdjęcia II strona 3).

| Przykłady zastosowania : (zdjęcia II strona 3)                                                                       |                                                           |                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| B = wtyczka kanału B (niebieska) ; C = wtyczka kanału C (pomarańczowa) ; SUP = kończyny górne ; INF = kończyny dolne |                                                           |                                                                     |
| zdjęcia A - Mięśnie piersiowe                                                                                        | zdjęcia B - Ramiona                                       | zdjęcia C - Mięśnie czworoboczne                                    |
| 1 - Mięsień piersiowy większy<br>⚠ Nie wolno ustawiać elektrod w okolicy serca                                       | 2 - Średni mięsień naramienny<br>3 - Tylny<br>4 - Przedni | 9 - Mięśnie czworoboczne górne<br>10 - Mięśnie czworoboczne średnie |

**ETAP 3 :**

Weź przewód CEV8 (zdjęcie I-B strona 3) i podłącz go :  
1 - do elektrod (zdjęcie I-C strona 3)  
2 - następnie do aparatu (zdjęcie I-D strona 3)

**ETAP 4 :**

Sprawa jest podłączony do elektrod dzięki connecteur składa się z 4 grup 2 syna o długości 1 metra zakończony 2 grupy po 4 arkusze połączenia.  
Możesz zaczepić aparat MULTISPORTPRO do klapy ubrania lub do bielizny osobistej za pomocą zaczepu.

**ETAP 5 :**

uruchom aparat zgodnie ze sposobem uruchomienia opisanym w paragrafie II "uruchomienie aparatu".  
Skurcze muszą być mocne, ale nigdy nie mogą sprawiać bólu. Jeżeli w miejscu, w którym są elektrody, odczuwalne jest nieprzyjemne uczucie, regulatory mocy przestawić na minimum, przesunąć elektrodę lub elektrody i ponownie powoli zwiększać moc.  
Kiedy ustawienia będą już optymalne, należy pozwolić urządzeniu pracować przez cały czas trwania programu.

**ETAP 6 :**

Po zakończeniu programu, odłącz elektrody od przewodu CEV8, następnie od aparatu.  
Następnie, delikatnie odlej elektrody, nawet jeśli lekko kilkana kropkami wody i umieść ostrożnie na osłonie zabezpieczającej.  
Samoprzylepne elektrody należy przechowywać w plastikowej torebce w chłodnym miejscu (np. w pomieszczeniu na warzywa w lodówce)

**B / FUNKCJA PAS**

Wielofunkcyjnego pasa możesz używać w całości lub możesz go podzielić na 2 części w celu utworzenia 2 pól pasów.  
Całego pasa możesz używać na mięśniach brzusznych, pośladkowych, w dolnej części grzbietu.  
Po rozpięciu pasa, 2 „półpasy” możesz używać na ramionach, udach lub łydkach.  
Wielofunkcyjny pas posiada wbudowane elektrody, na których nałożony jest krem SPORT-ELEC\*.  
Krem ten ułatwia kontakt elektrod z ciałem.  
Jego właściwości masujące o przewodności elektrycznej zwiększają komfort użycia i skuteczność stymulacji.  
Komfort użycia i skuteczność stymulacji: wy możecie także używać krem przez do masażu na ciele.

Jeżeli wy potrzebujecie żeby kupować krem SPORT-ELEC\*, sprawiacz proszę rozkaz bezpośrednio przez nakręcanie numeru 00.33.2.32.96.50.50 lub idą do "www.sport-elec.com", lub kontaktują się z waszym miejscowym dostawcą.

**! Nie wolno używać pasa bez załączonego do niego kremu.**  
**Należy używać wyłącznie kremu dostarczonego przez SPORT ELEC® INSTITUT.**

#### ŚRODKI OSTROŻNOŚCI ZWIĄZANE Z UŻYCIEM KREMU

- W przypadku wystąpienia uczulenia, przerwać użycie kremu.
- Nie połykać.
- Nie pozostawiać w zasięgu dzieci.
- W przypadku kontaktu z oczami, płukać wodą.

#### PRZEDSTAWIENIE PASA :

**Przód : (zdjęcie III-A strona 4)**

1 = Zapięcie środkowe 2 = Pomieszczenie na przewody 3 = Wtyczki 4 = Taśma na rzepy

**Strona elektrod : (zdjęcie III-B strona 4)**

4 wbudowane elektrody

#### ETAP 1 : PODŁĄCZENIE I USTAWIENIE PASA.

- Sprawdź, czy aparat MULTISPORTPRO jest ustawiony na WYŁĄCZENIE.
- Weź przewód CEV8 (zdjęcie I-B strona 3) i podłącz go :
  - do wtyczek pasa według koloru (zdjęcie III-C strona 4).
  - Następnie do aparatu (zdjęcie III-D strona 4).
- Nanieś grubą warstwę kremu masującego o przewodności elektrycznej na wybrane miejsce, następnie na wbudowane elektrody pasa (strona wypuka – zdjęcie III-E strona 4).
- Ustaw pas lub 2 półpasy na strefie lub strefach do stymulacji i dopasuj je za pomocą taśmy na rzepy w taki sposób, aby elektrody wbudowane dokładnie dotykały ciała.  
(zdjęcie IV strona 4 : A = mięśnie brzuszne, B = mięśnie grzbietu, C = mięśnie ramienia, D = uda, E = łydki, F = mięśnie grzbietu).
- Możesz przemieszczać pas trochę w lewo lub w prawo (aparat należy wyłączyć), by czuć skurcze mięśni na całym pasie brzuszny. Jeżeli elektroda sprawia ból lub czujesz mrowienie, należy wyłączyć aparat i sprawdzić, czy krem został odpowiednio nałożony na elektrodę.

#### PORADY :

**Ustawienie całego pasa (zdjęcia V-A strona 4) :**

Aby ustawić pas w najlepszym położeniu, skrzyżuj 2 taśmy, by doprowadzić 2 końce do zewnętrznej części zaczepu.

**Ustawienie półpasa na ramieniu (zdjęcia V-B strona 4) :**

Przed założeniem pasa ureguluj go zgodnie z obwodem Twojego ramienia, następnie, w razie potrzeby, możesz go poprawić.

#### ETAP 2 : URUCHOMIENIE FUNKCJI PASA

Po zakończeniu podłączenia aparatu, ustaw się w wygodnej pozycji i uruchom aparat postępując zgodnie ze wskazówkami opisanymi szczegółowo w paragrafie II "uruchomienie aparatu".

#### ETAP 3 : WYŁĄCZENIE FUNKCJI PASA

Po zakończeniu programu, odłącz aparat od przewodu CEV8 i przewód od pasa.

Usuń nadmierną ilość kremu z elektrod za pomocą chusteczki higienicznej zmoczonej w wodzie, następnie wysusz.

## IV. PORADY ZASTOSOWANIA

**Aparat jest zalecany do stosowania przez kinezyterapeutów w ramach rehabilitacji funkcjonalnej.**

- Można ponownie wykonać cykl programów na innej strefie mięśniowej lub zmienić program pozostając na tej samej strefie mięśniowej, jednak nie należy przekraczać 40 minut zastosowania aparatu na jednej strefie mięśniowej w ciągu jednego dnia.
- Dla optymalnego zastosowania, patrz na schematach podanych w niniejszej instrukcji obsługi.
- Obudowę i przewody aparatu można czyścić ściereczką zmoczoną w roztworze odkażającym (typu merkryl) rozcieńczonym w wodzie w stosunku 1/10.
- Samoprzylepne elektrody można nawilżyć przed i po użyciu używając środka odkażającego (np. heksosmedin)
- Samoprzylepne elektrody należy ponownie ustawić na osłonach zabezpieczających i przechowywać w chłodnym miejscu w temperaturze od +5°C do +10°C
- Wytrzymałość samoprzylepnych elektrod została obliczona na około 40 zastosowań, możesz zamówić je bezpośrednio w naszej firmie (www.sport-elec.com) lub u Twojego dystrybutora.

#### ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

- Nie należy używać aparatu na twarzy
- Nie należy pozostawiać aparatu w zasięgu dzieci
- Należy zwrócić się do lekarza o poradę :**
  - w przypadku wszczepów elektronicznych lub metalowych (gwóźdź, itp.)
  - w przypadku choroby skóry (rany...)

#### OSTRZE ENIA

- Nie używaj urządzenia przez kierowanie sił albo przez pracowanie dalej maszyną.
- Nie wolno używać aparatu do elektromuskulacji w wilgotnym pomieszczeniu, w łazience, saunie i w pobliżu urządzeń elektrycznych podłączonych do sieci i do ziemi, np. rury podłączone do ziemi.
- Jednoczesne podłączenie pacjenta do aparatu chirurgicznego o wysokiej częstotliwości może spowodować poparzenia w miejscach kontaktu elektrod stymulatora i stymulator może ulec uszkodzeniu.
- Funkcjonowanie w pobliżu aparatu do leczenia diatermii krótkofalową może spowodować zakłócenie mocy przy wyjściu stymulatora.

#### ZALECENIA

Przy usuwaniu produktu na koniec jego okresu użytkowania, należy stosować się do obowiązujących krajowych przepisów. Dziękujemy za przekazanie produktu do przewidzianego w tym celu punktu, aby zapewnić jego usunięcie w sposób bezpieczny dla środowiska.



#### PRZECIWWSKAZANIA

**Nie używaj aparatu SPORT-ELEC® :**

- W okolicach serca
- Przez osoby posiadające stymulator serca (pacemaker)
- W ciąży
- Po porodzie, należy odczekać 6 tygodni
- W przypadku chorób nerwowo-mięśniowych
- W przypadku występowania krwotoków

#### PORADY KONSERWACJI I CZYSZCZENIA PASA

- UWAGA: pralka i duża ilość wody, suszarki i urządzenia do prasowania są zabronione
- Nie wolno czyścić na sucho.
- Nie wolno używać wody z Javel
- Czyścić pas wilgotną gąbką zmoczoną w środku czyszczącym, następnie wytrzeć ściereczką.
- Czyścić obudowę ściereczką zmoczoną w roztworze odkażającym (typu merkryl) rozcieńczonym w wodzie w stosunku 1/10.
- Czyścić elektrody wodą z dodatkiem hypoalergicznego środka czyszczącego, następnie dokładnie spłukać.

#### PROMIENIOWANIE POLA ELEKTRYCZNEGO

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Częstotliwości (MHz) | Pola elektrycznego na 3m (dB(µV/m)) |
|----------------------|-------------------------------------|
| 200,0                | < 30                                |
| 400,0                | < 30                                |
| 600,0                | < 30                                |
| 800,0                | < 30                                |
| 1000,0               | < 30                                |

**INFO CONSO : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. PARAMETRY TECHNICZNE

### APARAT :

|                                                           |                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Typ prądu.....                                            | Dwufazowy                                                                                        |
| Liczba programów.....                                     | 8 programów „SPORTOWE” - 6 programów „LECZNICZE”                                                 |
| Liczba zmian programów (lub faz).....                     | 344                                                                                              |
| Liczba regulowanych niezależnych wyjść.....               | 4                                                                                                |
| Maksymalne natężenie przy oporze 500 Ω / kanał.....       | 100 mA / 500 OhmsΩ / kanał                                                                       |
| Zakres częstotliwości.....                                | O d 0,25 do 160 Hz                                                                               |
| Zakres szerokości impulsu.....                            | O d 70 do 360 μs                                                                                 |
| Zasilanie 4,8 V - 1300 mAh.....                           | Ładowalne baterie N i-M H                                                                        |
| Zasilanie sieciowe : THA239025.....                       | 230 V prądu przemiennego - 50 Hz - 9 V prądu przemiennego 250 mA                                 |
|                                                           | DRUGI Klasa (EN 60601-1)                                                                         |
|                                                           | Używać tylko sektor zaopatrywiał w urządzenie.                                                   |
| Rozmiar y i ciężar aparatu.....                           | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                        |
| Wyłączenie automatyczne na koniec każdego programu.....   | Ta k                                                                                             |
| Bezpieczeństwo przy włączaniu.....                        | 100%                                                                                             |
| Temperatura przechowywania.....                           | 0° C do + 45°C                                                                                   |
| Względna wilgotność.....                                  | 10% do 90%                                                                                       |
| Temperatura użycia.....                                   | + 5°C do + 45°C                                                                                  |
| Względna wilgotność.....                                  | 20% do 65%                                                                                       |
| Klasyfikacja.....                                         | Typu BF                                                                                          |
| Uwaga.....                                                | Należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi                                                   |
| Europejskie standardy stosunkowo medyczne urządzenia..... | CE 0459 (93/42/CEE)                                                                              |
| RoHS.....                                                 | Aparaty są zbudowane bez użycia materiałów o szkodliwym wpływie na środowisko. RoHS (2002/95/EC) |
| Gwarancja.....                                            | 2 lata                                                                                           |

### PAS :

|                          |                                                                            |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Rozmiar.....             | Jeden rozmiar (długość około 150 cm)<br>(bądź 2 półpasy o długości 75 cm). |
| Ciężar.....              | 150 g                                                                      |
| Tkanina.....             | poliester na piance                                                        |
| Elektrody wbudowane..... | sylikon węglowy.                                                           |
| Szacowana żywotność..... | około 12 miesięcy                                                          |

### KREM MASUJĄCY, OPRZEWODNOŚCI ELEKTRYCZNEJ

|                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| Opakowanie.....        | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Odsyłaczroducenta..... | VC57B/53-148       |

### ELEKTRODY

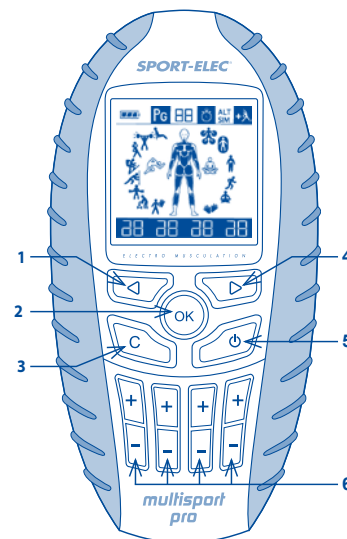
|                          |                                                     |
|--------------------------|-----------------------------------------------------|
| .....                    | Hydrofilowe, hypoalergiczne samoprzylepne elektrody |
| Wielkość.....            | 89 x 50 mm                                          |
| Standardy.....           | (93/42/ EEC)                                        |
| Szacowana żywotność..... | ograniczona do 40 wykorzystuje                      |

### GWARANCJA :

Pas, krem i elektrody przeznaczone są do użytku osobistego. Ze względów higienicznych nie podlegają zwrotowi, ani wymianie.

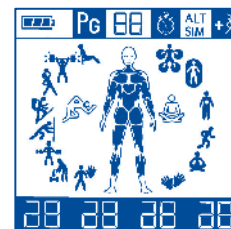
Made in P.R.C.

## DESCRIEREA APARATULUI MULTISPORTPRO (4 CANALE)



- 1 Butonul din stanga : permite selectarea dorita
- 2 Butonul OK : buton de validare a alegerii
- 3 Butonul C (aterge ) : permite de a reveni dupa validare
- 4 Butonul din dreapta : buton de selectare pentru alegerea programelor si a zonelor musculare
- 5 Butonul ON/OFF : porneste sau opreste aparatul
- 6 4 butoane de putere  
+ : Urca puterea /nivelul 1 la 30  
- : Diminueaza puterea /nivelul 30 la 1

## DESCRIEREA ECRANULUI



- Semnalizator al nivelului de incarcare a bateriei
- Afiseaza numarul programului selectiionat
- Afiseaza durata programului selectiionat
- Optiunea de a selecta programe alternante (alegere posibila la programele PG01 la PG08). Va alegeți sa faceti sa lucreze 2 grupuri musculare alternative.
- Optiunea de a lucra simultan (alegere implicita) muschii.Va alegeți sa lucrati 2 grupe de muschi in acelasi timp.
- Poaibilitatea de a activa sau nu incalzirea
- Programe SPORT
- Programe SANATATE

## PROGRAMELE



### PROGRAME SPORT

#### PREGATIREA PIELII

Scade impedanta barierei cutanate. Pregatete pielea pentru emiterea curentilor emisi de programme.

**Durata :** 2 min de faza activa

#### RECUPERAREA DE VOLUM MUSCULAR

Acest program permite de a preveni si de a lupta impotriva scaderii volumului muscular in general atunci cand un membru s-a uzat sau atunci cand a fost o perioada de imobilizare.

**Durata :** 40 min de faza activa + 6 min de recuperare

#### REINTARIREA VOLUMULUI MUSCULAR

Acest program nu se poate aplica decat asupra muschilor care au un volum normal. PG04 si PG05 permite dezvoltarea fortei musculare .

**Durata :** 20 min de faza activa + 6 min de recuperare

#### RECUPERARE MUSCULARA

Gama de frecvente de stimulare vizeaza ridicarea capacitatii de sustinere a efortului muscular important.

**Durata :** 30 min de faza activa + 6 min de recuperare



### PROGRAME SANATATE

#### MASAJ

Acest program este format din diferite frecvente variind de la 3 la 10 Hz pentru un efect de masaj optim.

**Durata :** 20 de minute de faza activa

#### MYORELAXANT

Acest program datorita baleiajului de frecvente de la 0,25 la 3,5 Hz permite muschilor de a se relaxa mai rapid.

**Durata :** 20 min defaza activa

#### RECUPERARE ACTIVA

Acest program trebuie sa fie utilizat imediat dupa ce s-a efectuat un efort intens. Ansamblul de frecvente generate de PG11 permite de a mentine o lucrare a muschilor dupa efort, favorizeaza cresterea debitului sanguin si eliberarea de endorfina. Fiecare dintre aceste secvențe este adesea alternat cu un efect relaxant.

**Durata :** 20 min de faza activa phase active

#### ANDURANTA MUSCULARA

Dupa efectuarea PG04 si sustinerea efortului important,programul PG05 permetestimularea fibrelor musculare lente.

**Durata :** 30 min de faze active + 6 min de recuperare

#### INTRETINERE MUSCULARA

Acest program permite sa conserve beneficiile in materie de rezistenta, forta si volum muscular

**Durata :** 30 min defaza activa + 6 min de recuperare

#### FORTA EXPLOSIVA

Acest program se inscrie logic in continuitatea programelor PG03 si PG04. El permite obtinerea de forta maximă a muschilor prin stimularea fibrelor de foarte mare viteză, intensitatea contractiei trebuie să fie maximă.

**Durata :** 30 min de faza activa + 6 min de recuperare

#### RECUPERARE

Acest program datorita baleiajului de frecvente cuprinse între 0,5 și 8 Hz permite mușchilor să recupereze mai repede prin efecte relaxante, endorfina și fluxul de sânge a crescut.

**Durata :** 20 min de faza activa

#### TENS

Program neurostimulare analgezic variații electrice progresive a spectrului de frecvențe. Electrozii trebuie să fie plasați pe site-ul de durere.

**Durata :** 20 min defaza activa

#### ENDORFINIC

Datorita baleiajului de frecvențe de la 40 la 160 Hz, acest program eficient ajută eficient la tensiunea musculara.

**Durata :** 20 min defaza activa

#### VASCULARIZAREA

Acest program ajută ușura la eliminarea senzația de picioare grele.

**Durata :** 26 min de faza activa

## DE CITIT INAINTEA UTILIZARII APARATULUI

**Sunteti posesorul unui aparat profesional performant si puternic.**

**Trebuie sa fa luati timp pentru a decoperi functiunile sale.**

- 1 - Cititi atent modul de intrebuintare.
- 2 - Inainte de intrebuintare, puneti aparatul la incarcare (poto I E pagina 3)
- 3 - Testati aparatul d-voastra pe cvadricepsi ca o procedura, de testare rapidă ,ca in cazul de mai jos.

## TEST DE FUNCTIONARE RAPIDA

**TESTATI APARATUL DUMNEAVOASTRA PE CVADRICEPSI.**

- 1 - Luati o 1/2 centura, aplicati putina crema pe electrozii integrati (poto III-E pagina 4) sau luati 2 electrozi adezivi si umidificati-i. (poto I-A pagina 3)
- 2 - Bransati-I/le la primul canal (2 fise de aceiasi culoare pe 2 alte fise de aceiasi culoare ).
- 3 - Porniti aparatul cu butonul "⬢" si apasati de 6 ori consecutiv pe butonul "OK".
- 4 - Urcati progresiv puterea pe acest canal.
- 5 - O data ce ati realizat aceasta ,veti cunoaste capacitatea si performantele aparatului dv.

## I. INCARCAREA BATERIEI

Dispozitivul conține o baterie reincărcabilă, care trebuie sa efectueze o incarcare de 12 ore prin conectarea camerei la sursa de alimentare.

Nu este posibil de a utiliza aparatul în timp ce încărcati bateria.

In caz de neutilizare,procedati la o incarcare a bateriei timp de 12 ore la fiecare 4 luni.

Aparatul se pune in asteptare automat chiar daca bateria este descarcata, asigurand astfel protectie impotriva oricaror descarcari intamplatoare.

Pentru a pune aparatul la incarcare,conectati incarcatorul (furnizat) la aparat (foto I-E pagina 3).

### AFISAREA INCARCARI BATERIEI

Durata de incarcare a bateriei,beul de semnalizare afiseaza "▢", "▣", "▤" pentru a arata incarcarea in curs.

Contoarul de timp de incarcare de la "12" la "00" incepe.

Cand incarcarea s-a terminat,cifra "00" se afiseaza la stanga pictogramei de cronometru,ea afisand "▤".

Atunci cand debransati incarcatorul, ecranul se stinge.

Atunci cand bateria este descarcata ,se semnalizeaza "▢".

## II. PUNEREA IN FUNCTIUNE A APARATULUI

### ÉTAPA 1 : AFISAJ – PUNEREA SUB TENSIONE

Atentie la punerea in functiune,realizati o apasare scurta de maximum 1 secunda pe "⬢" (butonul rosu ).

Toate pictogramele se afiseaza timp de 3 secunde si apoi se sting,si apoi muschii incep sa miste.

Daca realizati o apasare prea lunga, ecranul dumneavoastra palpaie si va indica totalitatea pictogramelor pe care le contine.

Pentru a opri aparatul,apasati scurt pe "⬢".

Sau pentru a reveni la meniul,trebuie sa apasati pe butonul "C", sau faceti 2 apasari scurte pe "⬢".

### ÉTAPA 2 : SELECTAREA ZONEI(LOR)MUSCULARE DE STIMULAT

**Alegerea 1- ei zone :**

Ecranul afiseaza "01", ceea ce va spune ca va propune sa alegeti o prima zona musculara.

- Daca vreti sa alegeti muscii din fata ,apasati butonul "OK".

- Daca doriti sa alegeti muschii din spate ,apasati pe butonul "▷".

- Daca doriti sa reveniti la muschii din fata,apasati pe butonul "◁".

Daca alegerea dv este asupra muschilor din fata : 1-a zona musculara de jos palpiie : quadricepsi.

Daca alegerea dv este asupra muschilor din spate : 1-a zona musculara de jos palpaie : muschii gemeni

Apasati pe butonul "▷" pentru a remonta si sa faceti sa defileze diferite zone musculare.

Pentru a reveni inapoi,validati cu butonul "◁".

O data ce ati ales grupa musculara ,validati cu butonul "OK".

**Alegerea celei dea 2-a zone :**

Pictogramele clipescdin nou si ecranul afiseaza "02".  
Ecranul va propune de a alege a 2-a zona musculara:  
Pentru a alege a 2-a zonă de mușchi, validați din nou fie mușchii feței sau mușchii spatelui înapoi, apăsați "OK".  
Alegeti din nou, o altă zonă musculară și confirmați "OK".  
Dacă nu doriți o zonă de mușchi, apăsați butonul "◀"; și mergeți la etapa 3.  
Zona(ele) musculara(e) selectata(e) afisata(e)

**ÉTAPA 3 : SELECTAREA PROGRAMULUI**

Programele din stanga (programe SPORT ) se afiseaza clipind.  
Daca ati ales programme SPORT , validați "OK".  
Daca ati ales programme SANATATE , apasati pe butonul "▷" si validați "OK".  
Faceti sa defileze programele apasand pe butonul "▷".  
Ecranul incepe sa afiseze primul pictogram de jos, si afiseaza simultan sus numarul programului corespondent.  
Daca doriti sa reveniti înapoi apasati butonul "◀".  
Ați ales acum zona musculară pentru a stimula și programul.

**ÉTAPA 4 : ALEGETI "FAZA DE INCALZIRE " SI OPTIUNEA ALT SIM**

(numai pentru programele  la ).  
Pictograma  PHASE D'ÉCHAUFFEMENT" clipeste in partea de sus la dreapta .  
Aparatul va propune o faza de incalzire inainte de a incepe faza activa a programului .  
Daca doriti s-o selectati,apasati pe "OK"; daca nu,apasati pe buton "◀" si validați "OK" (ea dispare de pe ecran).  
Apoi programul  clipeste.  
Pentru a selecta "ALT" (alternativ ), apasati pe butonul "◀"; pentru a selecta "SIM" (simultan), apasati pe butonul "▷"; apoi validați "OK".  
Daca ati selectat faza de incalzire, "SIM" se va afisa o pornire a programului caci faza de incalzire este obligatoriu in mod simultan.  
Daca ecranul afiseaza : nivelul bateriei,durata fazei ( masurata in minute )pictograma cronometrului,optiunea "ALT" sau "SIM" si faza de incalzire daca ati selectionat-o.  
Pictograma programului ales este aprinsa, zona( ele )muschiului ( lor )ales( si )palpatai alternativ.

**ÉTAPA 5 : LANSAT PORNIREA - REGLAREA INTENSITATII**

Apoi apăsați intensitatea "+" tasta corespunzătoare electrozilor atașati la baterie pentru a porni programul.  
In cazul în care bateria este descărcată, se recomandă a nu porni programul.  
Nivelul (ele) de putere (i) apar (e) în partea de jos a ecranului.  
Intensitățile variaza în cursul sedintei în funcție de conținutul programului.  
Lung apăsați butonul "←" puterea de repede înapoi la 0.

**ÉTAPA 6 : DERULAREA PROGRAMULUI :**

**Utilizarea butonului "C" (Curat) :**  
În timpul programului, apăsând tasta "C" în cursul derularii unei faze este timpul pentru ca aceasta să fie la zero. Următoarea fază începe cu excepția cazului în care le-ați ajuns la sfârșitul programului. În acest caz, se întoarce butonul pentru alegerea primei zone musculare (cum ar fi un sfârșit de program normal).

**Deconectați electrozii în timpul programului:**

Dacă un electrod se deconectează, canalul respectiv se pune la "00" și începe și flash-uri timp de 30 de secunde înainte de a reveni la un "00" fix.

În timp de 30 sec,este posibil de a reconecta electrodul(zii)si de a repune la puterea dorita.

**ÉTAPA 7 : SFARSITUL PROGRAMULUI – OPRIREA IN CURS**

La sfârșitul sedintei, ecranul va propune sa reincepeti un nou program de sedinta facand sa clipeasca muschii din fata pentru a alege 1-a zona musculara.  
Reincepeti procedura de pornire daca doriti sa continuati pe o alta zona musculara.  
Daca nu,apasati pe butonul "◊" pentru a opri.  
Aparatul se pune in pozitia de asteptare dupa 5 minute de inactivitate.

**RECOMANDARI : ALEGerea MUSCHILOR SUPERIORI SAU INFERIORI**

Este o diferenta între programele de stimulare a muschilor superiori si a muschilor inferiori.  
Este recomandat de a nu selectiona simultan stimularea muschilor superiori si a muschilor inferiori caci in acest caz aparatul va da prioritate muschilor superiori,diminuand vizibil randamentul asupra muschilor inferiori.

**III. UTILIZAREA APARATULUI**

**A / FUNCTIONAREA ELECTROZILOR**

Aceasta funcțiune va permite de a utiliza electrozi adeziv pe care-i cuplati la aparat.

**ÉTAPA 1 :**

Luati electrozii și scoateți ușor suportul care protejeaza fiecare dintre ei, umeziti-i unul câte unul, aplicand cu degetele câteva picături de apă pe gel adeziv si asteptati 2 minute (Figura I-A pagina 3).

**ÉTAPA 2 :**

Pozitionati pe corpul dv.electrozii urmarind schema II-A sau B sau C pagina 3 : pozitiile sunt date ca titlu orientativ.

Plasati electrozii in functie de programul pe care l-ati ales.  
Important : pentru o utilizare optima,cititi atent fiecare pagina si tineti cont de exemplele de utilizare (foto II pagina 3).

| Exemplu de utilizare : (foto II pagina 3)                                                                          |                                                         |                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| ● = fisă canalului B (albastru) ; ○ = fisă canalului C (oranj) ; SUP = membre superioare ; INF = membre inferioare |                                                         |                                                 |
| foto <b>A</b> - Pectorali                                                                                          | foto <b>B</b> - Umerii                                  | foto <b>C</b> - Trapezii                        |
| 1 - Marii pectorali<br>⚠ Nu poziționați electrozii pe artera inimii.                                               | 2 - Deltoidul mijlociu<br>3 - Posterior<br>4 - Anterior | 9 - Trapezul superior<br>10 - Trapezul mijlociu |

**ÉTAPA 3 :**

Luati conectorul (CEV8) (foto I-B pagina 2)si bransati-l :  
1° - la electrozii (foto I-C pagina 2)  
2° - apoi aparatul (foto I-D pagina 2).

**ÉTAPA 4 :**

Carcasa este legata la electrozii datorita conectorilor constituiti din 4 grupe de 2 cabluri de o lungime de 1 m avand terminatia prin 2 grupuri de cate 4 fise de conectare .  
Puteti sa fixati aparatul dv. MULTISPORTPRO pe spatele centurii sau de o imbracaminte datorita clipsului.

**ÉTAPA 5 :**

Puneti aparatul in functiune urmarind procedura de "Punerea in functiune a aparatului "descrie detaliat in paragraful II.  
Contractiile trebuie sa fie ferme dar niciodata sa nu provoace durere.  
Daca simtiti o senzatie dezagreabila la nivelul electrozilor :puneti puterea la minimum,deplasati electrozii si urcati puterea progresiv.  
Reglajul o data optimizat,lasati sa lucreze aparatul dv.pe toata durata programului.

**ÉTAPA 6 :**

Programul terminat,debransati electrozii de contactor (CEV8), si apoi de aparat.  
Apoi dezlipiti ușor electrozii,umeziti-i ușor cu cateva picaturi de apa si puneti-i cu atentie in suportul lor.Pastrati electrozii adezivi intr-un sac de plastic la rece (in cuva de le legume a frigiderului de exemplu ).

## B / FUNCTIONAREA CENTURII

Centura multifunctionala poate fi utilizata in intregime sau impartita in 2 demi-centuri.

Centura intreaga este utilizabila pe abdomen,fesieri,spate.

O data desprinsa cele 2 demi-centuri pot fi utilizate pe brate,coapse sau solduri.

Centura multifunctionala posedă electrozi integrati pe care trebuie sa puneti crema SPORT-ELEC\*.

Crema inlesneste contactul intre electrozi si piele.

Proprietatile cremei de masaj electro-conductoare,amelioreaza confortul de utilizare si eficacitatea stimulării.

Crema poate fi utilizata in acelasi timp singura,masand corpul.

daca doriti sa va procurati o noua crema ,puteti s-o comandati ori prin magazinul nostru [www.sport-elec.ro](http://www.sport-elec.ro) sau adresati-va vanza-  
torului dv.



**Nu puteti utiliza centura fara crema.**

**Nu utilizati alta crema decat cea furnizata de SPORT ELEC\* Institut**

### ATENTIE LA UTILIZAREA CREMEI

- In caz de alergie,opriti aplicarea cremei.
- N-o inghititi.
- N-o lasati la indemana copiilor .
- In caz de contact ocular,spalati-va cu apa.

### PREZENTAREA CENTURII :

- Partea din fata : (foto III- A pagina 3)
- 1 - Asamblare centrala 2 - aranjarea fiselor 3 - Fise de conexiune 4 - Banda adeziva
- Partea electrozilor : (foto III- B pagina 3)
- 4 electrozi integrati

### ÉTAPA 1 : CONECTARE SI PUNEREA IN FUNCTIUNE A CENTURII.

- Verificati ca aparatul dv. SPORT-ELEC \* este pe OPRIT .
  - Luati conectorul (CEV8) (foto I- B pagina 3) si bransati-l :
    - La fisele centrului prin grupe de culori d(de exemplu, fie albastru cu negru, portocaliu cu gri ...) (foto III - C cu pagina 3).
    - Apoi aparatul (foto III-D pagina 3).
  - 3. Aplicati un strat gros de cremă de masaj electro-conductoare pe electrozi integrati de pe centura (partea curbata -foto III-E pagină 3)-
  - Aplicati un strat gros de crema de masaj electro-conductoare pe electrozii integrati de pe centura (partea bombata - foto III- E pagina 3)
  - Plasati centura sau cele 2 jumatați de centura pe zona(ele)de stimulat si cu ajutorul bandei auto-adezive, astfel încât electrozii integrati sunt in contact cu pielea (fotografii IV pagina 4: A = abdominal, B = spate, C = braț, D = coapse, E = fesieri F = dorsală).
- Nu ezitati sa deplasati centura lejer de la stanga la dreapta (atentie aparatul trebuie sa fie oprit jîn asa fel incat sa simtit ca aveti centura stransa pe abdomen.
- Daca simtiti ceva durere sau intepaturi la nivelul unui electrod,opriti aparatul si verificati daca este suficient de uns cu crema.

#### TIP :

**Plasati centura complet (foto V - A pagina 4):**

Pentru pozitionarea optima a centrului intregi,incrucisati cele 2 benzi astfel incat cele 2 parti de pe partea cu arici sa fie la exterior.

**Plasati centura jumata pe brate (foto V - B pagina 4):**

Réglati demi-centura la talia bratului dv.inainte de a-l strange si apoi stringeti-l cat mai bine.

### ÉTAPA 2 : PORNIREA SI FUNCTIONAREA CENTURII

Odata ca dispozitivul este conectat, stati pe spate cat mai confortabil și porniți aparatul Dvs. utmarind procedura din «Punerea in functie a aparatului » detaliate mai sus la punctul II

### ÉTAPA 3 : OPRIREA FUNCTIONARII CENTURII.

Programul o data terminat,debransati aparatul de la sursa (CEV8)si de la centura.

Retrageti excedentul de crema de pe electrozii integrati cu un tifon imbibat in apa ,apoi stergeti-l.

## IV. SFATURI DE UTILIZARE

Aparatul este recomandat de fiziterapeuti in cadrul reeducarii functionale.

- Este posibil să se repete ciclul unui program de pe O alta zona musculara sau de a schimba programul ramanand pe aceiasi zona musculara, fără a depăși 40 de minute de utilizare (faza activa) pe zonele musculare pe zi .
- Pentru o utilizare optima,inspirati-va din desenele reproduce in aceasta brosură.
- Cutia și cablurile ale aparatului pot fi curățate cu o cârpă înmuiată în dezinfectant (de exemplu acetona) diluat cu apă 01/10 unitati .
- Electrozii adezivi poat fi rehidratati inainte și după utilizare, cu un dezinfectant (de exemplu Hezomedin)
- Electrozii adezivi trebuie sa fie repositionati in support si conservati intr-un loc rece de la +5°C la +10°C.
- Electrozii adezivi au o durata de aproximativ 40 de utilizări.Nu ezitati sa-i comandati la magazinul nostru [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com),sau la vanzatorul dv.obisnuit.

### PRECAUTIUNSI DE INTREBUINTARE

- Nu utilizati aparatul pe obraz.
- Nu lasati la indemana copiilor.
- Cereti sfatul medicului dumneavoastra :
  - in cazul unor implanturi electronice sau metalice, în general (ace, etc.)
  - In cazul bolilor de piele (plăgi ..)

### AVERTISMENTE :

- Nu utilizati aparatul atunci cand conduceti sau lucrati la o masina.
- Nu utilizati aparatul dv. De electro-musculatura intr-un loc umid,sala de baie,sauna sau in apropierea unei masini electrice care aeste cuplat la o impamantare .
- Conectarea simultană a unui pacient la o unitate de chirurgie la înaltă frecvență poate provoca arsuri la punctele de contact de electrozi de pacemaker și stimulatorul cardiac poate fi deteriorat.
- Operațiunea de a închide o unitate de terapie cu unde scurte poate provoca instabilitate în producția de pacemaker.

### RECOMANDARI :

Atunci cand va despartiti de produsul dv,va rugam sa respectati reglementarile nationale.

Va multumim deasemeni ca i-ati depus intr-un loc specific acestor produse si sa va asigurati ca eliminarea produsului este in cadrul legal si a conditiilor de mediu.



### CONTRA-INDICATII

**Nu utilizati aparatul SPORT-ELEC\* :**

- Asupra cardiilor.
- Daca sunteti purtatorul unui stimulator cardiac (pacemaker)
- In caz de sarcina .
- Dupa sarcina ,asteptati 6 luni pentru a-l utiliza
- In caz de boli neuromusculare.
- In caz de boli hemoragice.

### SFATURI DE INTRETINERE SI DE STERGERE A CENTURII

- ATENTIE : Spalarea aparatului in apa,uscator sau fier de calcat sunt INTERZISE
- Nu-l stergeti uscat
- Nu folositi un înălbitor
- Spălați centura cu un burete umed înmuiat în detergent și apoi se șterge cu o carpa.
- Curățați biroul cu o cârpă umezită cu o soluție de dezinfectant (de tip spirit) diluat cu apa de 1/10.
- Curățați electrozii cu un amestec de apă / detergent hipoalergenic, apoi clatiți bine.

### CAMP ELECTRIC INTERFERENTE

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frecventa (MHz) | Camp electri la 3 metri (dB(μV/m)) |
|-----------------|------------------------------------|
| 200,0           | < 30                               |
| 400,0           | < 30                               |
| 600,0           | < 30                               |
| 800,0           | < 30                               |
| 1000,0          | < 30                               |

**INFO CONSO: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. CARACTERISTICILE TEHNICE

### APARATUL :

|                                                           |                                                                                                                           |      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Tip de curent .....                                       | Bi fazic                                                                                                                  |      |
| Numar de programe .....                                   | 8 programe "SPORT" - 6 programe "SANATATE "                                                                               |      |
| Numar de variatii de programme ( pe faze ) .....          | 344                                                                                                                       |      |
| Numar de canale independente reglabile .....              | 4                                                                                                                         |      |
| Intensitate maxima pe o incarcatura de 500Ω / canal ..... | 100 mA / 500 Ohms / canal                                                                                                 |      |
| Plaje de frecventa .....                                  | De la 0,25 la 160 Hz                                                                                                      |      |
| Plaj e de largime a impulsului .....                      | De la 70 la 360 μs                                                                                                        |      |
| Alimentarea 4,8 V- 1300 mAh .....                         | Baterie reincarcabila Ni-MH                                                                                               |      |
| Alimentarea la incarcator (Réf THA239025) .....           | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA – Clasa II Conform normei EN 60601-1 – Nu utilizati decat alimentator furnizat cu aparatul |      |
| Dimensiunile si greutatea aparatului .....                | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                                 |      |
| Oprire automata dupa fiecare program .....                | da, securitate la aprindere                                                                                               | 100% |
| Temperatura de stocaj .....                               | 0°C la + 45°C                                                                                                             |      |
| Umiditate relativa .....                                  | 10% la 90%                                                                                                                |      |
| Temperatura de utilizare .....                            | + 5°C la + 45°C                                                                                                           |      |
| Umiditate relativa .....                                  | 20% la 65%                                                                                                                |      |
| Clasificarea .....                                        | Tip BF                                                                                                                    |      |
| Atentie .....                                             | Cititi cu atentie notita                                                                                                  |      |
| Marcaj CE relativ la aparatele medii .....                | CE 0459                                                                                                                   |      |
| RoHS .....                                                | Aparatele sunt construite fara materiale care pot avea un impact nefast ecologic.                                         |      |
| Garantie .....                                            | 2 ani.                                                                                                                    |      |

### CENTURA :

|                                |                                                                              |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Talie .....                    | Talie unica (aproximativ 150 cm de lungime)<br>(sau 2 demi-centuri de 75 cm) |
| Greutatea .....                | 150 g                                                                        |
| Țesătură .....                 | poliester laminat pe spumă                                                   |
| Electrozii integrati .....     | silicon carbonat                                                             |
| Durata de viață estimată ..... | în jurul valorii de 12 luni                                                  |

### CREMA DE CONTACT ÉLECTRO-CONDUCTOARE :

|                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| Pachetul .....       | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Réf. fabricant ..... | VC 57B/53-148      |

### ÉLECTROZI :

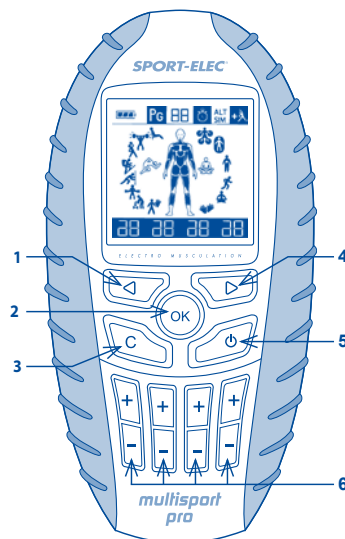
|                                |                                      |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| Électrozii .....               | Adezivi hidrofilii si hipoalergenici |
| Talie .....                    | 89 x 50 mm                           |
| Durata de viață estimată ..... | limitat la 40 de utilizări           |

### GARANTIE :

Centura ,crema si electrozii sunt destinati la o utilizare personala. Din motive de igiena,ele nu pot fi deci nici refolosite nici schimbate.

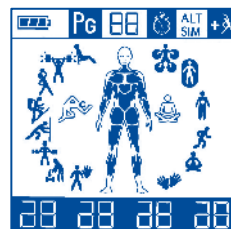
Made in P.R.C.

## ОПИСАНИЕ НА УРЕДА MULTISPORTPRO (4 КАНАЛА)



- 1 Ляв бутон: позволява да се направи избор
- 2 Бутон ОК: бутон за потвърждаване след всеки избор
- 3 Бутон C (изчистване): позволява връщане назад след потвърждаването
- 4 Десен бутон: бутон за избор на програми и мускулни зони
- 5 Бутон ON/OFF: включва и изключва уреда
- 6 4 бутона за мощност  
+ : Увеличава мощността / нива от 1 до 30  
- : Намалява мощността / нива от 30 до 1

## ОПИСАНИЕ НА ЕКРАНА



- Индикатор за нивото на зареждане на батерията
- Pg 88** Показва номера на избраната програма
- Показва времето, което остава до края на програмата
- ALT** Вариант за редуване на мускули (възможен избор от програмите от PG01 до PG08). Изберате да работят 2 групи мускули на ротационен принцип.
- SIM** Вариант за едновременна работа на мускулите (избор по подразбиране). Изберате да работят 2 мускулни групи едновременно.
- Фаза на загряване до активиране или не
- Програми за спорт
- Програми за здраве



## ПРОГРАМИ ЗА СПОРТ

**PG01 ПОДГОТОВКА НА КОЖАТА**

Намалява съпротивлението на кожата. Подготвя кожата за електродифузия, предизвикана от програмите.

**Продължителност:** 2 минути активна фаза

**PG02 ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ НА МУСКУЛНИЯ ОБЕМ**

Тази програма позволява предотвратяване и борба срещу загубата на мускулен обем, което обикновено се дължи на неизползване на крайник или след период на бездвижване.

**Продължителност:** 40 минути активна фаза + 6 минути възстановяване

**PG03 УВЕЛИЧАВАНЕ НА МУСКУЛНИЯ ОБЕМ**

Тази програма може да се прилага само върху мускули с нормален обем. PG04 и PG05 позволяват да се развива мускулната сила.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза + 6 минути възстановяване

**PG04 УСТОЙЧИВОСТ НА МУСКУЛИТЕ**

Честотният диапазон за стимулация цели увеличаване на капацитета на поддържане на важните мускулни усилия.

**Продължителност:** 30 минути активна фаза + 6 минути възстановяване



## ПРОГРАМИ ЗА ЗДРАВЕ

**PG05 ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ**

Тази програма, благодарение на честотния обхват между 0,5 и 8 Hz, позволява на мускулите да се възстановят по-бързо чрез релаксационни ефекти, отделяне на ендорфини и повишаване на притока на кръв.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG10 МИОРЕЛАКСАНТИ**

Тази програма, благодарение на честотния обхват от 0,25 до 3,5 Hz, позволява на мускулите да релаксират по-бързо.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG11 АКТИВНО ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ**

Тази програма трябва да се използва непосредствено след полагане на интензивни усилия. Всички честоти генерирани от PG11, позволяват да се поддържа работата на мускула след усилие, допринася за повишаване на притока на кръв и отделянето на ендорфин. Всяка от тези поредици честоти се редуват с релаксационен ефект.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG05 ИЗДРЪЖЛИВОСТ НА МУСКУЛИТЕ**

След програмата PG04 за поддържане на важното мускулното напрежение, програмата PG05 позволява систематично поддържане на мускулните усилия с висока интензивност, стимулирайки до максимум бавните влакна.

**Продължителност:** 30 минути активна фаза + 6 минути възстановяване

**PG05 ПОДДЪРЖАНЕ НА МУСКУЛИТЕ**

Тази програма позволява запазване на постигнатите нива на физическа издръжливост, устойчивост и мускулен обем.

**Продължителност:** 30 минути активна фаза + 6 минути възстановяване

**PG04 ЕКСПЛОЗИВНА СИЛА**

Тази програма е логично продължение на PG03 и PG04. Тя позволява достигане на максималната сила на мускула, стимулирайки влакната с много голяма скорост, интензивността на мускулното съкращение трябва да бъде максимална.

**Продължителност:** 30 минути активна фаза + 6 минути възстановяване

**PG05 ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ**

Тази програма, благодарение на честотния обхват между 0,5 и 8 Hz, позволява на мускулите да се възстановят по-бързо чрез релаксационни ефекти, отделяне на ендорфини и повишаване на притока на кръв.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG12 ПОВЪРХНОСТНИ МУСКУЛИ**

Успокояваща болката програма чрез електронестимулация, постепенна промяна на честотите. Електродите трябва да се поставят върху болезненото място.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG13 ОТДЕЛЯНЕ НА ЕНДОРФИНИ**

Благодарение на честотния обхват от 40 до 160 Hz тази програма позволява ефикасно освобождаване на мускулното напрежение.

**Продължителност:** 20 минути активна фаза

**PG14 ДЕЙСТВИЕ ВЪРХУ КРЪВОНОСНИТЕ СЪДОВЕ**

Тази програма позволява да се облекчи чувството за тежест на краката.

**Продължителност:** 26 минути активна фаза

**ДА СЕ ПРОЧЕТЕ ПРЕДИ ВСЯКА УПОТРЕБА НА УРЕДА**

Вие закупихте ефективен и мощен професионален уред. Отделете време да се запознаете с неговите функции.

- 1 - Прочетете внимателно ръководството за употреба
- 2 - Преди употреба заредете уреда (снимка I-E, страница 3)
- 3 - Изпробвайте вашия уред върху квадрицепсите, като следвате описаната по-долу процедура за бързо тестване

**БЪРЗ ТЕСТ ЗА ФУНКЦИОНИРАНЕ**

**ИЗПРОБАЙТЕ ВАШИЯ УРЕД ВЪРХУ КВАДРИЦЕПСИТЕ**

- 1 - Вземете 1/2 колан, нанесете слой крем върху вградените електроди (снимка III-E, страница 4) или вземете 2 залепващи електрода и ги навлажнете. (снимка I-A, страница 3)
- 2 - Свържете го/ги с първия канал (2 конектора с един и същ цвят в 2 други конектора с един и същ цвят).
- 3 - Включете апарата с бутон „**ON**“ и натиснете 6 пъти след това бутон „**OK**“.
- 4 - Увеличавайте постепенно мощността на този канал.
- 5 - След като осъществите това, вие ще знаете какъв е вашия капацитет за максимално използване на уреда.

**I. ЗАРЕЖДАНЕ НА БАТЕРИЯТА**

Уредът съдържа батерия, която може да се презарежда, поради което направете първото зареждане в продължение на 12 часа, свързвайки нейния корпус със захранващото устройство.

Не е възможно използването на уреда по време на зареждане на батерията.

При неизползване на уреда зареждайте батерията в продължение на 12 часа на всеки 4 месеца.

Автоматично се задейства икономичният режим на уреда, ако батерията е изтощена, като така се осигурява защита на последната срещу всяко преждевременно изтощаване.

За да заредите уреда, свържете зарядното устройство (което е предоставено) с уреда (снимка I-E, страница 3).

**ПОКАЗАНИЯ НА ИНДИКАТОРА ЗА НИВОТО НА ЗАРЕЖДАНЕ НА БАТЕРИЯТА**

По време на зареждането на батерията индикаторът за батерията показва „**100%**“, „**75%**“, „**50%**“, „**25%**“ за обозначение на нивото на осъществяващото се зареждане.

Таймерът за зареждането отчита от „12“ до „00“.

Когато зареждането е завършило, числото „00“ се осветява отъясно на пиктограмата-хронометър, пиктограмата на батерията показва „**100%**“.

Когато изключите зарядното устройство, екранът изгасва.

Когато батерията е празна, това означава, че батерията е изтощена.

**II. ВКЛЮЧВАНЕ НА УРЕДА****ЕТАП 1: ПОКАЗАНИЕ - ПОДАВАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕ**

Внимание! При включването натиснете кратко за максимум 1 секунда, „**ON**“ (червен бутон).

Всички пиктограми се появяват за 3 секунди и изчезват, след това предните мускули мигат.

Ако осъществите прекалено дълго натискане на бутона, вашият екран ще мига и ще ви показва всички пиктограми, които съдържа.

За да спрете уреда, натиснете кратко, „**OFF**“.

За да се върнете в менюто, трябва да натиснете до крайно положение бутона, „**C**“ или 2 пъти кратко да натиснете на „**ON**“.

**ЕТАП 2: ИЗБОР НА МУСКУЛНА(И) ЗОНА(И) ЗА СТИМУЛИРАНЕ**

**Избор на 1-ва зона:**

Екранът показва, „**Q1**“, което означава, че ви предлага да изберете първата мускулна зона.

- Ако желаете да изберете предните мускули, потвърдете с бутона, „**OK**“.

- Ако желаете да изберете задните мускули, натиснете бутона, „**D**“.

- Ако желаете отново да изберете предните мускули, натиснете бутона, „**C**“.

Ако сте избрали предните мускули: първата мускулна зона в долната част мига: квадрицепси.

Ако сте избрали задните мускули: първата мускулна зона в долната част мига: двойни мускули (прасци).  
Натиснете бутон „▷“ за да се върнете отначало и да редувате различните мускулни зони.  
За да се върнете назад, натиснете бутон „◀“.  
След избора на мускулната група потвърдете с бутона „OK“.

**Избор на 2-ра зона:**  
Пиктограмите мигат отново и екранът показва „02“.  
Екранът предлага да изберете втора мускулна зона:  
За да изберете втора мускулна зона, потвърдете отново или за предните мускули, или за задните мускули с бутона „OK“.  
Изберете отново друга мускулна зона, после потвърдете с бутона „OK“.  
Ако желаете само една мускулна зона, натиснете бутона „◀“ и преминете към етап 3.  
Избраната(ите) мускулна(и) зона(и) се показва(т).

**ЕТАП 3: ИЗБОР НА ПРОГРАМА**  
Програмите отляво (програми СПОРТ ) се показват мигайки.  
Ако избирате програмите СПОРТ , потвърдете с бутона „OK“.  
Ако избирате програмите ЗДРАВЕ , натиснете бутона „▷“ и потвърдете с бутона „OK“.  
Превъртете програмите, натискайки бутона „▷“.  
Екранът първо показва първата пиктограма в долната страна и едновременно с това отгоре номера на съответната програма.  
Ако желаете да се върнете назад, натиснете бутон „◀“.  
На този етап сте избрали мускулната(ите) зона(и), която(които) ще стимулирате и програмата.

**ЕТАП 4: ИЗБОР НА „ФАЗА НА ЗАГРЯВАНЕ“ И ВЪЗМОЖНОСТ ALT/SIM**  
(единствено за програмите от P6 02 до P6 07).  
Пиктограмата  ФАЗА НА ЗАГРЯВАНЕ мига в горната дясна част.  
Уредът предлага фаза на загряване, преди да започне активната фаза на програмата.  
Ако желаете да я изберете, натиснете бутона „OK“ или натиснете бутона и потвърдете с бутона „OK“ (тя изчезва от екрана).  
После пиктограмата  мига.  
За избор на „ALT“ (редуване) натиснете бутона „◀“, за да изберете „SIM“ (едновременно), натиснете бутона „▷“, после потвърдете с бутона „OK“.  
Ако сте настроили фазата на загряване, „SIM“ ще се покаже при стартиране на програмата, защото фазата на загряване е задължителна в едновременен режим.  
Екранът показва:  
- нивото на батерията,  
- продължителността на фазата (отчетена в минути),  
- пиктограмата за хронометъра, възможността „ALT“ или „SIM“ и фазата на загряване, ако сте ги избрали,  
- пиктограмата на избраната програма се осветява, избраната(ите) мускулна(и) зона(и) мига(т) последователно.

**ЕТАП 5: НАЧАЛО НА ЗАДЕЙСТВАНЕТО- РЕГУЛИРАНЕ НА ИНТЕНЗИТЕТА**  
След това натиснете бутоните „+“ на бутоните за интензитет, които се отнасят до проводниците, свързани с електродите, или с вашата приставка, за да стартирате програмата.  
Ако батерията е слаба, се препоръчва програмата да не се стартира.  
Нивото на мощността(ите) се показва в долната част на екрана.  
Интензитетите варират по време на сеанс в зависимост от съдържанието на програмата.  
Продължително натискане на бутона „—“ намалява бързо мощността до 0.

**ЕТАП 6: ПРОТИЧАНЕ НА ПРОГРАМАТА:**  
**Използване на бутона „C“ (изчистване):**  
В хода на програмата натискане на бутона „C“ по време на протичането на фаза нулира времето на същата.  
Следващата фаза стартира освен ако не сте стигнали до края на програмата.  
Тогава този бутон позволява връщане към избора на първата мускулна зона (като нормален край на програмата).

**Отделяне на електродите по време на програма:**  
Ако електрод се отдели, съответния канал отива на „00“ и мига така в продължение на 30 секунди, преди да се върне на фиксираното положение „00“.  
По време на тези 30 секунди е възможно електродът(ите) да се свърже(ат) и да се доведе мощността до желаното ниво.

**ЕТАП 7: КРАЙ НА ПРОГРАМАТА - ПРОЦЕС НА СПИРАНЕ**  
В края на сеанса екранът предлага отново да стартира нов сеанс, като кара предните мускули да мигат, за да се избере първата мускулна зона.  
Започнете отново процедурата по стартиране, ако желаете да продължите върху друга мускулна зона.  
В противен случай натиснете бутона за спиране, „⏻“.  
Икономичният режим на уреда се задейства след 5 минути неактивност.

**ПРЕПОРЪКИ: ИЗБОР НА ГОРНИ МУСКУЛИ ИЛИ ДОЛНИ МУСКУЛИ**  
Съществува разлика между програмите за горните мускули и тези за долните мускули.  
Препоръчително е да не се избират едновременно горните мускули и долните мускули, защото в този случай уредът дава приоритет на горните мускули, намалявайки чувствително ефективността от работата върху долните мускули.

III. ИЗПОЛЗВАНЕ НА УРЕДА

**A / ФУНКЦИЯ НА ЕЛЕКТРОДИТЕ**  
Тази функция ви позволява да използвате залепващите електроди, свързвайки ги към уреда.

**ЕТАП 1:**  
Хванете електродите и внимателно ги отделете от поставката, която предпазва всеки от тях, навлажнете ги един по един, като размажете с върха на пръстите си няколко капки вода върху прилепващия гел и изчакайте 2 минути (схема I-A, страница 3).

**ЕТАП 2:**  
Поставете върху вашето тяло електродите, като следвате схема II-A или В или С на страница 3: разположението е дадено за информация.  
Поставете електродите в съответствие с програмата, която сте избрали.  
**ВАЖНО:** за оптимална употреба прочетете внимателно всяка страница и вземете предвид примерите за използване (снимка II, страница 3).

| Примери за използване: (снимка II, страница 3)                                                         |                                                                       |                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Ⓑ = конектор канал В (син); Ⓒ = конектор канал С (оранжев); SUP = горни крайници; INF = долни крайници |                                                                       |                                                                                |
| снимка <b>A</b> - Пекторални мускули                                                                   | снимка <b>B</b> - Рамена                                              | снимка <b>C</b> - Трапецовидни мускули                                         |
| 1 - Голям пекторален мускул<br>⚠ Не поставяйте електродите върху сърдечната област.                    | 2 - Среден делтовиден мускул<br>3 - Заден мускул<br>4 - Преден мускул | 9 - Горен дял на трапецовиден мускул<br>10 - Среден дял на трапецовиден мускул |

**ЕТАП 3:**  
Хванете конектора (CEV8) (снимка I-B, страница 3) и го свържете:  
1\* - към електродите (снимка I-C, страница 3)  
2\* - после с уреда (снимка I-D, страница 3).

**ЕТАП 4:**  
Корпусът е свързан с електродите чрез конектор, който се състои от 4 групи по 2 проводника с дължина 1 метър, която завършва с 2 групи от 4 конектора.  
Вие можете да прикрепите вашия MULTISPORTPRO към обратната страна на колана или на дреха или бельо чрез приспособление за закопчаване.

**ЕТАП 5:**  
Задействайте уреда в съответствие с процедурата „Включване на уреда“, подробно описана по-горе в параграф II.  
Мускулните съкращения трябва да са силни, но никога да не причиняват болка.  
Ако усетите неприятно чувство на нивото на електродите: сведете мощността до минимум, преместете електрода или електродите и увеличете постепенно мощността.  
След като така оптимизирате настройките, оставете вашия уред да работи през цялото време на програмата.

**ЕТАП 6:**  
След завършване на програмата отделете електродите от конектора (CEV8), след това последния от уреда.  
След това извадете внимателно електродите, навлажнете ги леко с няколко капки вода и отново ги поставете внимателно върху тяхната поставка.  
Схранявайте залепващите електроди на хладно в найлонова торбичка (например в кошницата за зеленчуци на хладилника).

## Б / ФУНКЦИЯ НА КОЛАНА

Многофункционалният колан може да се използва изцяло или да се разделя на 2 половини.

Целият колан се използва върху коремните мускули, седалищните мускули, гърба.

След разкопчаването двете половини на колана могат да се използват върху ръцете, бедрата или прасците.

Многофункционалният колан има вградени електроди, върху които може да нанесете крем SPORT-ELEC®.

Креъмът улеснява контакта между електродите и кожата.

Неговите масажирщи свойства и електропроводимост подобряват комфорта от използването и ефикасността на стимулацията

Креъмът може да се използва и самостоятелно за масаж на тялото.

Ако желаете да ви доставим нова тубичка крем, можете да я поръчате директно от нашия онлайн магазин [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) или да се обърнете към вашия дистрибутор.



**Вие не можете да използвате колана без крема.**

**Не използвайте друг крем освен предоставения от SPORT-ELEC® INSTITUT**

### ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ ПРИ УПОТРЕБА НА КРЕМА

- В случай на алергични реакции преустановете приложението на крема.
- Не поглъщайте.
- Не оставяйте на места, достъпни за деца.
- При контакт с очите изплакнете с вода.

### ПРЕДСТАВЯНЕ НА КОЛАНА:

- Лицева страна: (снимка III- A, страница 4)
- 1 = Централно закопчаване 2 = Кабел 3 = Конектори 4 = Скреч-лента
- Страна с електроди: (снимка III- B, страница 4)
- 4 вградени електрода

### ЕТАП 1: СВЪРЗВАНЕ И ПОСТАВЯНЕ НА КОЛАНА.

- Проверете дали вашият уред MULTISPORTPRO е ИЗКЛЮЧЕН.
- Хванете конектора (CEV8) (снимка I - B, страница 3) и го свържете:
  - С конекторите на колана в цветни групи (например: сини конектори с черни конектори, оранжеви конектори със сини конектори) (снимка III- C, страница 4).
  - След това с уреда (снимка III- D, страница 4).
- Нанесете слой от масажния електропроводим крем върху вградените в колана електроди (изпъкналата част - снимка III - E, страница 4)
- Поставете колана или двете половини на колана върху зоната(ите) за стимулиране и го(ги) наместете с помощта на лентите с велкро закопчаване така, че вградените електроди да бъдат в контакт с кожата (снимка IV, страница 4. A = коремни мускули, B = лумбални мускули, C = ръце, D = бедра, E = прасци, F = гърбен мускул).
- Не се колебайте да премествате леко колана наляво или надясно (Внимание: да се премества при изключен уред), за да усещате съкращенията на всички коремни мускули.
- Ако усещате някаква болка или сърбеж на нивото на електрод, спрете уреда и проверете дали той е достатъчно добре намазан с крем.

#### ПОЛЕЗЕН СЪВЕТ:

##### Поставяне на целия колан:

За да поставите по-добре колана, кръстосайте двете ленти с цел да поставите двата края върху външната част на скреч-лентата (снимка V - A страница 4) .

##### Поставяне на половината колан върху ръката:

Регулирайте половината колан към размера на обиколката на ръката, преди да го поставите и след това повторете действието, ако е необходимо да го наместите по-добре (снимка V - B страница 4).

### ЕТАП 2: СТАРТИРАНЕ НА ДЕЙСТВИЕТО НА КОЛАНА

След завършване на свързването на вашия уред се настанете удобно и го включете, като спазвате процедурата „Включване на уреда“, подробно описана по-горе в параграф II.

### ЕТАП 3: СПИРАНЕ НА ДЕЙСТВИЕТО НА КОЛАНА

След завършване на програмата отделете уреда от конектора (CEV8) и от колана.  
Отстранете излишък от крема върху вградените електроди с влажна кърпичка, после подсушете.

## IV. СЪВЕТИ ЗА УПОТРЕБА

Уредът се препоръчва от кинезитерапевтите при функционално възстановяване.

- Възможно е да започне отново цикъла на една от програмите върху друга мускулна зона или да смените програмата за същата мускулна зона без обаче да се надвишават 40 минути за използване (на активна фаза) за една мускулна зона и веднъж дневно.
- За оптимална употреба спазвайте схемите, посочени в тази брошура.
- Корпусът и кабелите на уреда могат да се почистват с кърпичка, напоена с дезинфекционен разтвор (от типа Mercruyl), разреден с вода в съотношение 1/10.
- Залепващите електроди могат да се навлажняват отново преди и след употреба с дезинфектант (напр.: хексоедин)
- Залепващите електроди трябва да се поставят отново върху тяхната основа и да се съхраняват на хладно място при +5°C до +10°C.
- Залепващите електроди имат експлоатационен срок около 40 използвания, не се колебайте да ги поръчате директно от нашия онлайн магазин [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) или от вашия дистрибутор.

### ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ ПРИ УПОТРЕБА

- Не използвайте уреда върху лицето
- Не оставяйте на места, достъпни за деца
- Посъветвайте се с вашия лекар:**
  - ако имате електронни или метални имплантанти като цяло (пирони за счупени кости и др.)
  - ако имате кожни проблеми (рани и др.)

### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ:

- Не използвайте уреда по време на управление на превозно средство или по време на работа с машина.
- Не използвайте вашия уред за мускулна електростимулация във влажна среда, баня, сауна и близо до електрически машини, свързани към електрическата мрежа или земя, дори тръбопроводна система, свързана към земята.
- Едновременно свързване на пациент към апарат за високочестотна хирургия може да провокира изгаряния в местата на свързване на електродите на стимулатора и стимулаторът може евентуално да се повреди.
- Функционирането в непосредствена близост до апарат за късовълнова терапия може да провокира нестабилност на мощността на изхода на стимулатора.

### ПРЕПОРЪКИ:

При изхвърляне на излязъл от употреба продукт спазвайте националната правна уредба.  
Моля, предайте го на предвидено за тази цел място, за да бъде изхвърлен безопасно в съответствие с опазването на околната среда



### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

**Не използвайте уреда SPORT-ELEC®:**

- върху сърдечната област
- ако имате имплантиран кардиостимулатор (пейсмейкър)
- при бременност
- след раждане, изчакайте 6 седмици преди употреба
- при невромускулни заболявания
- при заболявания, свързани с кръвоизливи

### СЪВЕТИ ЗА ПОДДЪРЖАНЕ И ПОЧИСТВАНЕ НА КОЛАНА

- ВНИМАНИЕ: ЗАБРАНЕНО Е пране в машина и в голямо количество вода, сушене в електрическа сушилна и гладене
- Не подлагайте на химическо чистене
- Не използвайте белина
- Почиствайте колана с влажна гъба, напоена с почистващ препарат, после подсушавайте с кърпа.
- Почиствайте корпуса с платнена кърпа, напоена с дезинфекционен разтвор (от типа Mercruyl), разреден с вода в съотношение 1/10.
- Почиствайте вградените електроди със смес вода/ хипоалергичен детергент, после изплаквайте добре.

### ЛЪЧИСТО ЕЛЕКТРИЧЕСКО ПОЛЕ

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Честота (MHz) | Електрическо поле до 3 м (dB(µV/m)) |
|---------------|-------------------------------------|
| 200,0         | < 30                                |
| 400,0         | < 30                                |
| 600,0         | < 30                                |
| 800,0         | < 30                                |
| 1000,0        | < 30                                |

**ИНФОРМАЦИЯ ЗА ПОТРЕБИТЕЛЯ: +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. ТЕХНИЧЕСКИ ХАРАКТЕРИСТИКИ

### УРЕД:

|                                                         |                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тип захранване.....                                     | Двуфазно                                                                                                                                |
| Брой програми.....                                      | 8 програми „СПОРТ“ - 6 програми „ЗДРАВЕ“                                                                                                |
| Брой варианти на програмите (или фазите).....           | 344                                                                                                                                     |
| Брой независими регулируеми канали.....                 | 4                                                                                                                                       |
| Максимален интензитет на зареждане 500Ω / канал.....    | 100 mA / 500 Ohms / канал                                                                                                               |
| Честотен диапазон.....                                  | от 0,25 до 160 Hz                                                                                                                       |
| Обхват от импулси.....                                  | от 70 до 360 μs                                                                                                                         |
| Захранване 4,8 V- 1300 mAh.....                         | Презареждаща се батерия Ni-MH                                                                                                           |
| Захранващо устройство (референтен номер THA239025)..... | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA - Клас II Съгласно стандарт EN 60601-1 - Използвайте само захранващото устройство, предоставено с уреда. |
| Размери и тегло на уреда.....                           | 80 x 160 x 35 mm - 340 г                                                                                                                |
| Автоматично спиране след всяка програма.....            | да                                                                                                                                      |
| Безопасност при включване.....                          | 100%                                                                                                                                    |
| Температура на съхранение.....                          | 0°C до + 45°C                                                                                                                           |
| Относителна влажност.....                               | 10% до 90%                                                                                                                              |
| Температура на употреба.....                            | + 5°C до + 45°C                                                                                                                         |
| Относителна влажност.....                               | 20% до 65%                                                                                                                              |
| Стандартна.....                                         | класификация BF                                                                                                                         |
| Внимание.....                                           | прочетете внимателно инструкцията                                                                                                       |
| Маркировка ЕО по отношение на медицинските уреди.....   | CE 0459                                                                                                                                 |
| RoHS.....                                               | Уредите са проектирани без материали, които могат да имат вредно въздействие върху околната среда.                                      |
| Гаранция.....                                           | 2 години                                                                                                                                |

### КОЛАН:

|                                         |                                                                                 |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Размер.....                             | Единствен размер (около 150 см дължина)<br>(или 2 половини на колана по 75 см). |
| Тегло.....                              | 150 г                                                                           |
| Материя.....                            | дишащ ламиниран полиестер                                                       |
| Вградени електроди.....                 | силикон, съдържащ въглерод                                                      |
| Очаквана продължителност на живота..... | около 12 месеца                                                                 |

### ЕЛЕКТРОПРОВОДИМ КОНТАКТЕН КРЕМ:

|                                  |                    |
|----------------------------------|--------------------|
| Контейнер.....                   | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Реф. номер на производителя..... | VC 57B/53-148      |

### ЕЛЕКТРОДИ:

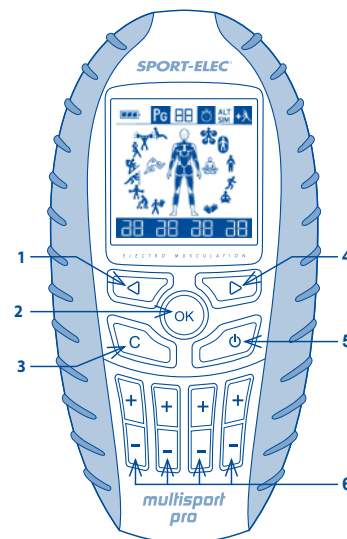
|                                         |                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------|
| Електроди.....                          | Хидрофилни и хипоалергични залепващи |
| Размер.....                             | 89 x 50 mm                           |
| Очаквана продължителност на живота..... | 40 употреби                          |

### ГАРАНЦИЯ:

Коланът, кремът и електродите са предназначени за лична употреба. По хигиенни причини те не могат нито да се отдават, нито да се разменят.

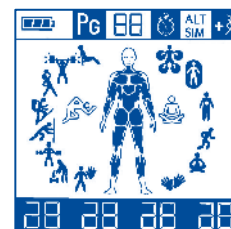
Made in P.R.C.

## BESKRIVNING AV APPARATEN MULTISPORTPRO (4 KANALER)



- 1 Vänster knapp : bläddra bakåt eller göra ett annat val
- 2 OK-knapp : bekräfta med OK efter varje val
- 3 Knapp C (clear) : ångra efter att ha bekräftat
- 4 Höger knapp : valknapp (program, muskulosoner)
- 5 ON/OFF : slår på och stänger av apparaten
- 6 4 Styrka :  
+ : ökar styrkan / nivå 1 till 30  
- : minskar styrkan / nivå 30 till 1

## BESKRIVNING AV DISPLAYEN



- Batteriernas laddningsnivå
- Program nummer
- Tidtagning
- Alternande träning (går att välja i programmen PG01 till PG08). Du tränar två muskelgrupper omväxlande.
- Simultan träning (grundinställning). Du tränar muskelgrupper samtidigt.
- Aktivera / deaktivera uppvärmningsfas
- Sportprogram
- Hålsopprogram

## PROGRAM



### SPORT PROGRAM

#### FÖRBEREDER HUDEN



Sänker hudens impedans. Förbereder huden för strömmen från programmen.  
Tid : 2 min aktiv fas

#### ÅTERSTÄLLANDE AV MUSKELVOLYM



Programmet hjälper dig att förebygga och motverka förlust av muskelvolym som oftast beror på att en kroppsdel inte används eller på en period av orörlighet.  
Tid : 40 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### FÖRSTÄRKNING AV MUSKELVOLYMEN



Programmet kan endast användas på muskler som har normal volym. PG04 och PG05 ökar musklernas styrka.  
Tid : 20 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### MUSKELMOTSTÅND



Alla dessa stimulerande frekvenser syftar till att öka förmågan att klara av stora muskelansträngningar.  
Tid : 30 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### MUSKLERNAS UTHÅLLIGHET



Efter att PG04 har givit styrka att klara av stora ansträngningar, ger PG05 musklerna uthållighet nog för att klara av intensiva muskelansträngningar under längre tid genom att stimulera de långsamma fibrerna maximalt.  
Tid : 30 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### UNDERHÅLLER MUSKLERNA



Programmet bevarar uppnådda resultat beträffande musklernas uthållighet, motståndskraft och volym.  
Tid : 30 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### EXPLOSIV STYRKA



Programmet är en logisk fortsättning på PG03 och PG04. Det gör att man kan uppnå en muskels maximala styrka genom att stimulera de mycket snabba fibrerna. Intensiteten i sammandragningen bör vara maximal.  
Tid : 30 min aktiv fas + 6 min återhämtning

#### ÅTERHÄMTNING



Med frekvenser mellan 0,5 och 8 Hz låter det här programmet musklerna återhämta sig snabbare genom avslappning, endorfinpåverkan och ökning av blodflödet.  
Tid : 20 min aktiv fas



### HÄLSA PROGRAM

#### MESSAGE



Programmet består av ondulerande frekvenser från 3 till 10 Hz för optimal massage.  
Tid : 20 min aktiv fas

#### MUSKELAVSLAPPNANDE



Programmet låter musklerna slappna av snabbare med hjälp av frekvenser från 0,25 till 3,5 Hz.  
Tid : 20 min aktiv fas

#### AKTIV ÅTERHÄMTNING



Programmet bör användas omedelbart efter intensivt muskellarbete. De frekvenser som alstras av PG11 gör att musklerna fortsätter att arbeta efter ansträngningen och ökar blodflödet samt frigör endorfiner. Alla dessa frekvenssekvenser sker omväxlande med avslappning. Tid : 30 min aktiv fas

## LÄS DETTA INNAN APPARATEN TAS I BRUK

Du har fått en effektiv och stark professionell utrustning.

Du bör ta dig tid att upptäcka hur den fungerar.

1 - Läs bruksanvisningen noga.

2 - Sätt apparaten på laddning innan den ska användas (foto I-E sidan 3)

3 - Testa apparaten på quadriceps (lårmuskeln) enligt snabbtestet nedan

## SNABBT FUNKTIONSTEST

TESTA APPARATEN PÅ QUADRICEPS

1 - Ta ett 1/2 bälte, lägg på ett lager kräm på de integrerade elektroderna (foto III-E sidan 4).

2 - Anslut till den första kanalen (2 kontakter i samma färg på 2 andra kontakter i samma färg).

3 - Slå på apparaten med knappen "ON" och tryck 6 gånger i rad på knappen "OK".

4 - Öka vartefter styrkan på denna kanal.

5 - När denna provkörning av apparaten är genomförd, så vet du vilka möjligheter den har.

## I. LADDNING AV BATTERIET

Apparaten innehåller laddbara batterier.

Därför ska man börja med att göra en ordentlig 12-timmars laddning genom att ansluta nätdelen till ett eluttag.

Apparaten kan inte användas medan laddningen pågår.

Om apparaten inte används bör man genomföra en 12-timmars laddning var 4:e månad.

Apparaten går i viloläge automatiskt om batterierna är urladdade för att skydda dem mot fullständig urladdning.

För att ladda apparaten, anslut den tillhörande laddaren (foto I-E sidan 4).

### Indikering av batteriladdningen

Medan batteriet laddas, batterilampan visar "100%", sedan "90%" för att visa den pågående laddningen.

Och tidtagningen för laddningstiden från "12" till "00" börjar.

När laddningen är avslutad visas siffran 00 till vänster av tidtagningssymbolen.

Batterisymbolen visar "100%".

När man drar ur kontakten till laddaren sloknar displayen.

När batterisymbolen är tom betyder det att batteriet är urladdat.

## II. START AV APPARATEN

### ETAPP 1 : DISPLAY - TILL

För oppstartingen (Röd knapp "ON")

Gör ett kort tryck (1 sekund max) på "ON" knappen.

Alla symboler tänds och blinkar i 3 sekunder därefter blinkar framsidans muskler.

Om De trycker på knappen länge, deres skärm starter avgasse, vise seg all pictograms som det inneholder.

För att stanse apparaten, kort presse på "ON".

Ellers for at returnere til menyen, presse igjen to ganger kort "ON".

### ETAPP 2 : VÄJ DEN/DE MUSKELZON/ER SOM SKA STIMULERAS

#### Val av den 1a zonen :

Displayen visar "01", vilket betyder att den föreslår att du ska välja en första muskelzon.

- Om du vill välja framsidans muskler, bekräfta med knappen "OK".

- Om du vill välja ryggsidans muskler, tryck på knappen "D".

- Om du vill återvända till framsidans muskler, tryck på knappen "C".

Om du vill välja framsidans muskler: blinkar den 1a muskelzonen nedtill : quadriceps.

Om du vill välja ryggsidans muskler: blinkar den 1a muskelzonen nedtill : vadmusklerna (kalvar).

Tryck på knappen "D" för att gå uppåt och bläddra förbi de olika muskelzonerna.

För att gå bakåt, tryck på knappen "C".

När du har valt muskelgrupp, bekräfta med "OK".

Val av en 2a zon :

Alla symbolerna blinkar igen och displayen visar "02".

Displayen föreslår en 2a muskelzon :

För att välja en 2a muskelzon , välj igen framsidans eller ryggsidans muskler och bekräfta "OK". Välj åter en annan muskelzon och bekräfta "OK".

Om du bara vill ha en muskelzon, så tryck på knappen "◀" och gå till etapp 3.

Den eller de valda muskelzonerna visas.

ETAPP 3 : VAL AV PROGRAM

Programmen till vänster (SPORT-programmen ) visas blinkande.

Om du väljer SPORT-PROGRAMMEN , bekräfta "OK".

Om du vill välja hälsoprogrammen , tryck på knappen "▷" och bekräfta "OK".

Bläddra fram programmen med knappen "▷". På displayen visas först den 1asymbolen nedtill och visar samtidigt upptill numret på programmet.

För att bläddra bakåt, tryck på "◀".

Nu har du alltså valt den eller de muskelzon(er) som du vill stimulera samt program.

ETAPP 4 : VAL AV «UPPVÄRMNINGSFAS» OCH TILLVAL

(endast för programmen )

Symbolen  «UPPVÄRMNINGSFAS» blinkar uppe till höger.

På displayen föreslås en uppvärmningsfas innan du börjar programmets aktiva fas.

Om du vill välja den, tryck på "OK", annars tryck på "◀" och bekräfta "OK" (den försvinner från displayen).

Sedan blinkar symbolen .

För att välja "ALT", tryck på knappen "◀", för att välja "SIM", tryck på knappen "▷", och bekräfta "OK".

Om du har valt en uppvärmningsfas, visas "SIM" när programmet startar eftersom uppvärmningsfasen måste gå vid simultanaläge.

Displayen visar : batterinivå, fasens längd (nedräkning i minuter), tidtagningssymbolen, "ALT" eller "SIM" och uppvärmningsfas om du har valt dem.

Symbolen för det valda programmet är tänd, den eller de valda muskelzonen/zonerna blinkar omväxlande.

ETAPP 5 : • SÄTT IGÅNG - INSTÄLLNING AV INTENSITETEN

Tryck sedan på knapparna "+" på intensitetsknapparna som hör till de trådar som är anslutna till elektroderna eller bältet för att starta programmet.

Vi rekommenderar att man inte startar programmet om batteriet är svagt.

Styrkenivån/nivåerna visas nedtill på displayen. Intensiteten varierar under programmets gång beroende på dess innehåll.

En lång tryckning på knappen "C", återför snabbt styrkan till 0.

ETAPP 6 : PROGRAMMETS FÖRLOPP :

• Användning av knappen "C" (Clear) :

Om man trycker på "C" medan en fas pågår ställs tiden för fasen in på 0.

Därefter börjar nästa fas såvida du inte har kommit till slutet av programmet.

I så fall gör en tryckning på den knappen att man återgår till valet av den 1a muskelzonen (som ett normalt slut på programmet).

• Elektroder som lossnar under programmets gång :

Om en elektrod lossnar visar den berörda kanalen  och blinkar så i 30 sekunder innan den återgår till fast visning av .

Under dessa 30 sekunder kan man sätta dit elektroderna eller elektroderna igen och återställa styrkan till önskad nivå.

ETAPP 7 : PROGRAMMETS SLUT - AVBROTT UNDER PROGRAMMETS GÅNG

När programmet är slut, frågar displayen om man vill starta en ny omgång genom att symbolen för framsidans muskler blinkar för val av den 1a muskelzonen.

Gör om startproceduren om du önskar fortsätta med en annan muskelzon.

Om inte, tryck på  för att avbryta.

Apparaten återgår till viloläge efter 5 minuters inaktivitet.

REKOMMENDATIONER : VAL AV ÖVRE OCH UNDER MUSKLER

Det är skillnad mellan programmen för övre och undre muskler.

Vi rekommenderar att man inte väljer övre muskler tillsammans med undre muskler eftersom i så fall apparaten skulle ge företräde åt de övre musklerna, och i hög grad minska resultatet av arbetet med de undre musklerna.

### III. ANVÄNDNING AV APPARATEN

#### A / FUNKTION MED ELEKTRODER

Me den här funktionen kan du ansluta självhäftande elektroder till apparaten.

ETAPP 1 :

Ta elektroderna och ta försiktigt av hållaren som skyddar var och en av dem, fukta dem en i taget med fingrarna och några vattendroppar på limmet och vänta i 2 minuter (schema I-A sidan 3).

ETAPP 2 :

Placera elektroderna på din kropp enligt schemat II-A eller B eller C på sidan 3 :

Placeringarna ges som förslag.

Placera elektroderna i enlighet med det program som du har valt.

Viktigt : Läs varje sida i bruksanvisningen noga och följ användningsexemplen (bilderna II sidan 3).

| Användningsexempel : (bilderna II sidan 3)                                                                            |                                                      |                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| B = kontakt kanal B (blått) ; C = kontakt kanal C (orange) ; SUP = överkroppens muskler ; INF = underkroppens muskler |                                                      |                                                        |
| bilderna A - Bröstmusklerna                                                                                           | bilderna B - Axlarna                                 | bilderna C - Trapetsmusklerna                          |
| 1 - Stora bröstmuskel<br>△ Placera inte elektroderna över hjärn området.                                              | 2 - Mellersta deltamuskel<br>3 - Bakre<br>4 - Framre | 9 - Övre trapetsmuskel<br>10 - Mellersta trapetsmuskel |

ETAPP 3 : TA ANSLUTNINGEN (CEV8) (BILD I-B SIDAN 3) OCH ANSLUT DEN :

1\* - till elektroderna (bild I-C sidan 3).

2\* - sedan till apparaten (bild I-D sidan 3).

ETAPP 4 :

Fallet är ansluten till elektroderna tack vare connecteur består av 4 grupper om 2 son till en längd av 1 meter avslutas med 2 grupper om 4 ark anslutning.

Det går att fästa SPORT-ELEC \* på ett klädesplagg eller underkläder med klämman.

ETAPP 5 :

Starta apparaten enligt beskrivningen i avsnitt II "Start av apparaten".

Anspänningarna ska vara distinkta men aldrig så att de framkallar smärta.

Om du upplever en obehaglig känsla vid ställena där elektroderna sitter: vrid ned effektknapparna till minimum, flytta elektroden (elektroderna) och vrid gradvis åter upp effekten.

När effekteställningen är gjord, låt apparaten arbeta tills att programmet är genomfört.

ETAPP 6 :

När programmet avslutats tar du loss elektroderna först från anslutningen (CEV8), sedan från apparaten.

Ta sedan försiktigt loss elektroderna, fukta dem lätt med några droppar vatten och sätt noggrant tillbaka dem i hållaren.

Förvara de självhäftande elektroderna svält i en plastpåse (svalen i kylskåpet till exempel).

#### B / FUNKTIONEN MED BÄLTE

Multifunktionsbältet kan användas i sin helhet eller delas i 2 delar för att göra 2 halvbälten.

Hela bälte används för buk-, sätets-, och nedre ryggmusklerna.

De två «halvbältena» kan användas för armarna, låren och vaderna.

Bältet har inbyggda elektroder som ska smörjas in med SPORT-ELEC \*. Krämen förbättrar kontakten mellan elektroderna och huden.

Dess masserande och elektriskt ledande egenskaper gör bältet bekvämare och effektivare.

Grädden kan också användas för att massera förkroppsliga. Om du önskar till köp grädden, beställa genom att ringa 00.33.2.32

.96.50.50 eller gå till [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) <<http://www.sport-elec.com>> eller kontakta din lokala leverantör.



Bältet kan ej användas utan medföljande kräm.

Använd ingen annan kräm än den som distribueras av SPORT-ELEC\* INSTITUT.

FÖRSIKTIG HETSÄTGÄR DER VID ANVÄNDNING AV KRÄMEN

- Sluta använda krämen vid en allergisk reaktion.
- Får ej förtäras.
- Förvaras utom räckhåll för barn.
- Vid kontakt med ögonen, spola med vatten.

BÄLTETS UTFORMNING :

- Framifrån : (bild III- A sidan 4)
- 1 - Spännen 2 - Sladdförvaring 3 - Anslutningskontakter 4 - Scratchband
- Elektrodsida : (bild III- B sidan 4)
- 4 integrerade elektroder

ETAPP 1 : ANSLUTNING OCH PÅSÄTTNING AV BÄLTET.

- Kontrollera att SPORT-ELEC® Institut är AVSTÄNGD.
- Ta anslutningen (CEV8) (bild I- B sidan 3) och anslut den :
  - Till kontakterna på bältet färgvis (bild III- C sidan 3).
  - Sedan till apparaten ( bild III- D sidan 4).
- Lagg på ett tjockt lager elektriskt ledande massagekräm på den valda zonen, sedan på elektrodena i bältet (den välvda delen - bild III-E sidan 4)
- Sätt på bältet eller de två halvbältena på den eller de zoner som ska stimuleras och justera med hjälp av kardborrbanden så att elektrodena är i ordentlig kontakt med huden (bilderna IV sidan 4 : A = bukmuskler, B = ländrygg, C = armar, D = lår, E = vader, F = ryggmuskler).
- Tveka inte att flytta bältet lätt till vänster eller höger (se till att apparaten är avstängd) för att känna sammandragningarna på hela magomfånget.
- Om en elektrod gör ont eller om du känner av några små stickningar, skall du stoppa apparaten och kontrollera att elektroden är försedd med ett lager av krämen.

TIPS :

För att sätta på hela bältet (bilderna V - A sidan 4):

Det bästa sättet att sätta på hela bältet är att korsa de två banden för att få ändarna till det yttre kardborrbandet.

För att sätta på halvbältet på armen (bilderna V - B sidan 4):

Ställ in halvbältet efter din arm innan du sätter på det och efterjustera sedan om det behövs.

ETAPP 2 : START MED BÄLTET

När apparaten är ansluten, sätt eller lägg dig bekvämt tillrätta och starta apparaten enligt "Start av apparaten" i avsnitt II.

ETAPP 3 : AVSTÄNGNING VID BÄLTESDRIFT

Koppla från apparaten från anslutningen (CEV4 eller CEV8) och från bältet. Tvätta bort överflödig kräm från elektrodena med en våt trasa och torka sedan.

IV. ANVÄNDNINGSRÅD

Apparaten rekommenderas för sjukgymnast vid återuppbyggnad av muskelfunktioner

- Man kan göra om ett avsnitt av ett program på en annan muskelzon eller byta program och vara kvar på samma muskelzon men den sammanlagda tiden bör inte överstiga 40 minuter per muskelzon och dag.
  - För bästa, optimala användning bör man utgå från de scheman som visas i broschyren.
  - Kontrollen och sladdarna till apparaten kan rengöras med en trasa med desinfektionsmedel (typ mercryl) spädd med vatten till 1/10.
  - De självhäftande elektrodena kan återfuktas före och efter användning med något desinfektionsmedel (ex : Hexomedin). - elektrodena ska sättas tillbaka i hållaren och förvaras svalt (+5°C till +10°C).
  - elektrodena håller för cirka 40 användningar och nya kan beställas direkt från tillverkaren eller hos återförsäljaren.
- SPORT-ELEC® INSTITUT - Bp35 - 27520 BOURGTHEROULDE - FRANKRIKE - 00.33.2.32.96.50.50 - www.sportelec.com

FÖRSIKTIGHETSREGLER

- \* Använd inte apparaten på ansiktet
- \* Förvara den oåtkomligt för barn

Fråga din läkare innan du använder den :

- om du har elektroniska implantat eller metall i kroppen av något slag (spikar, mm)
- om du lider av någon hudsjukdom (sår...)

VARNINGAR :

Ikke bruker apparatet mens driv eller bruk en maskin. Använd inte den elektriska muskelstimulatorens i en fuktig omgivning, badrum, bastu eller i närheten av elektriska maskiner som är anslutna till el-nätet och jord, eller i närheten av rörligheter som är jordade. Samtidig anslutning av en patient till en kirurgisk högfrekvensapparat kan framkalla brännskador vid elektrodenas kontaktpunkter och stimulatorn kan eventuellt skadas. om stimulatorn används i omedelbar närhet av en apparat för kortvågsterapi kan det orsaka svängningar i stimulatorns effekt.

REKOMMENDATIONER :

När apparaten inte ska användas längre, tänk på gällande regler för avfallshantering och återvinning. Vi är tacksamma om du vill ta den till ett uppsamlingsställe för den här typen av produkter så att återvinningen sker på ett miljövänligt sätt.



KONTRAINDIKATIONER

Använd inte SPORT-ELEC® :

- Över hjärtområdet
- om du har pace-maker.
- Under graviditeten

SKÖTSEL OCH RENGÖRINGSRÅD FÖR BÄLTET

- VARNING: tvättmaskin och rikligt med vatten, är torrare och anläggningar strykning förbjuden
- Ej kemtvätt
- Använd inte klorblekmedel
- Rengör bältet med en svamp fuktad med rengöringsmedel och torka därefter av med en trasa.
- Rengör kontrollen med en duk fuktad med ett desinfektionsmedel (typ Mercryl) utspädd med tiodel vatten.
- Rengör elektrodena med en blandning av vatten och icke allergiframkallande rengöringsmedel, och skölj ordentligt efteråt.

RADIAT DE Câmp Electric

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frekvens (MHz) | Elektrisk strålfältet vid 3 meter (dB(µV/m)) |
|----------------|----------------------------------------------|
| 200,0          | < 30                                         |
| 400,0          | < 30                                         |
| 600,0          | < 30                                         |
| 800,0          | < 30                                         |
| 1000,0         | < 30                                         |

KUNDTJÄNST : +33 (0)2 32 96 50 50

## V. TEKNISKA DATA

### APPARATEN :

|                                                                |                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Typ av ström.....                                              | Tvåfas                                                                            |
| Antal program.....                                             | 8 SPORT-program - 6 HÄLSO-program                                                 |
| Antal programvariationer (eller faser).....                    | 344                                                                               |
| Antal justerbara oberoende utgångar.....                       | 4                                                                                 |
| Max strömstyrka vid en belastning av 500 Ω / kanal.....        | 100 mA / 500 Ohms / kanal                                                         |
| Frekvensband.....                                              | Från 0,25 till 160 Hz                                                             |
| Impulsbredd.....                                               | Från 70 till 360 μs                                                               |
| Strömförsörjning 4,8V - 1300 mAh.....                          | Laddningsbara Ni-MH-batterier                                                     |
| Nätanslutning THA239025.....                                   | 230 Vac / 50 Hz - 9 Vac 250 mA - Klassificerar II (EN 60601-1) -                  |
|                                                                | Nätanslutning endast med medföljande adapter                                      |
| Mått och vikt.....                                             | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                         |
| Automatisk avstängning efter varje program.....                | Ja                                                                                |
| Säkerhet vid start.....                                        | 100%                                                                              |
| lagertemperatur.....                                           | 0°C till + 45°C                                                                   |
| Relativ fuktighet.....                                         | 10% till 90%                                                                      |
| Temperatur av bruk.....                                        | + 5°C till + 45°C                                                                 |
| Relativ fuktighet.....                                         | 20% till 65%                                                                      |
| Klassificering.....                                            | Typ BF                                                                            |
| OBS.....                                                       | Läs bruksanvisningen noga                                                         |
| Standarder EC förhåller sig till den medicinska apparater..... | CE 0459 (93/42/CEE)                                                               |
| RoHS.....                                                      | RoHS (2002/95/EC) Sport-Elec apparaterna är tillverkade av miljövänligt material. |
| Garanti.....                                                   | 2 år                                                                              |

### BÄLTE :

|                             |                                                                |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Mått.....                   | En storlek (cirka 150 cm långt)<br>(eller 2 halvbälten 75 cm). |
| Vikt.....                   | 150 g                                                          |
| Textil.....                 | laminerad polyester på skumplast                               |
| Integrerade elektroder..... | kolhaltig silikon.                                             |
| Beräknad livslängd.....     | ca 12 månader                                                  |

### ELEKTRISKT LEDANDE KRÄM :

|                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| kvantiteten.....          | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| producent hänvisning..... | VC 57B/53-148      |

### ELEKTRODER :

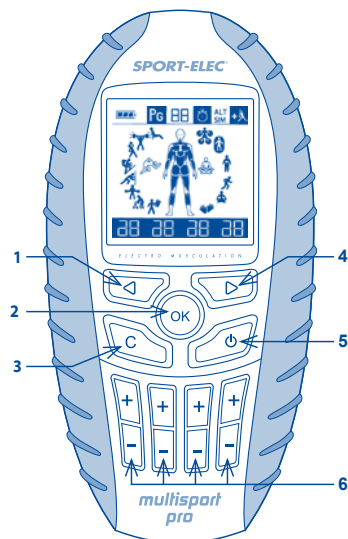
|                         |                                                     |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|
| Elektroder.....         | Självhäftande hydrofila och ej allergi framkallande |
| Mått.....               | 89 x 50 mm                                          |
| Standarder.....         | CE (93/42/EEC)                                      |
| Beräknad livslängd..... | begränsad till 40 användare                         |

### GARANTI :

Bältet, krämen och elektroderna är avsedda för personligt bruk.  
Av hygieniska skäl kan de alltså inte återtas eller bytas

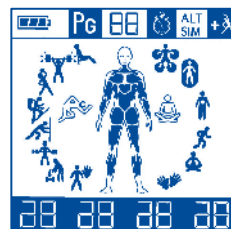
Made in P.R.C.

## ПРЕЗЕНТАЦИЯ АППАРАТА MULTISPORTPRO(4КАНАЛА)



- 1 Левая кнопка : позволяет делать возврат или производить выбор
- 2 Кнопка ОК : подтверждение сделанного выбора
- 3 Кнопка C : позволяет делать возврат после подтверждения сделанного выбора
- 4 Правая кнопка : кнопка выбора (программы, мускульные зоны)
- 5 Кнопка ON/OFF : включает выключает аппарат
- 6 4 Кнопки регуляторы мощности :  
+ : я повышаю мощность / уровень : от 1 до 30  
- : я понижаю мощность / уровень : от 30 до 1

## ОПИСАНИЕ ДИСПЛЕЯ



- Индикатор уровня заряда батареек.
- Pg 88** Показывает номер выбранной программы
- Показывает отсчет времени
- ALT** Тренировка мышц способом чередования (возможность выбора от PG01 до PG08). Вы выбираете работу с 2 группами мышц поочередно.
- SIM** Одновременная тренировка нескольких групп мышц. (заводская установка) Вы выбираете работу одновременно с 2 группами мышц.
- Фаза разогрева мышц включена / выключена
- Программа Спорт
- Программа Здоровье

## ПРОГРАММЫ



### ПРОГРАММЫ СПОРТ

#### PG 01 ПОДГОТОВКА КОЖИ



Снижает сопротивление кожного барьера. Приготавливает кожу к токам, посылаемым программами.

**Продолжительность** : 2 мин. активной фазы

#### PG 02 ВОССТАНОВЛЕНИЕ МЫШЕЧНОГО ОБЪЁМА



Эта программа позволяет предупредить и бороться с потерей мышечного объёма связанного с застоем в работе конечности или после периода ограниченных движений (например, «пастельного режима»).

**Продолжительность** : 40 мин. активной фазы + 6 мин. восстановления

#### PG 03 УКРЕПЛЕНИЕ МЫШЕЧНОГО ОБЪЁМА



Эта программа применяется только для мышц с нормальным объёмом. (программы PG04 и PG05 позволяют развивать мышечный объём).

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы + 6 мин. восстановления

#### PG 04 МЫШЕЧНОЕ СОПРОТИВЛЕНИЕ



Гамма стимулирующих частот направлена на повышение способности выдерживать мышечные нагрузки

**Продолжительность** : 30 мин. Активной фазы + 6 мин. восстановления



### ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЕ

#### PG 09 МАССАЖ



Эта программа использует частоты, модулируемые между 3 и 10Hz для достижения оптимального массирующего эффекта

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы

#### PG 10 РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ



Благодаря частотному диапазону от 0.25 до 3.5 Hz эта программа ускоряет процесс мышечного расслабления

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы

#### PG 11 АКТИВНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ



Используйте эту программу сразу же после интенсивных нагрузок. Частоты, генерируемые программой PG11, позволяют поддерживать мышечную работу после нагрузок усиливая кровоток и освобождают эндорфины. Каждые последовательности этих частот чередуются с расслабляющим эффектом.

**Продолжительность** : 20 мин. Активной фазы

#### PG 05 МЫШЕЧНАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ



Программа позволяет поддерживать выносливость мышц к большим нагрузкам путем максимальной стимуляции «медленных» мышечных волокон.

**Продолжительность** : 30 мин. активной фазы + 6 мин. восстановления

#### PG 06 МЫШЕЧНЫЙ УХОД



Используйте эту программу для сохранения достигнутого уровня выносливости, сопротивления и мышечного объёма.

**Продолжительность** : 30 мин. активной фазы + 6 мин. восстановления

#### PG 07 ВЗРЫВНАЯ СИЛА



Эта программа является логическим продолжением программ PG03 и PG04. Она позволяет мышцам достигнуть максимальной силы путём стимуляции «быстрых» мышечных волокон. При этом интенсивность сокращений должна быть максимальной.

**Продолжительность** : 30 мин. активной фазы + 6 мин. восстановления

#### PG 08 ВОССТАНОВЛЕНИЕ



Благодаря поочередному действию частот 0.5 и 8 Hz программа позволяет мышцам быстро повысить тонус и силу после интенсивных нагрузок путём усиления кровотока, освобождения эндорфинов и расслабляющих эффектов.

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы

#### PG 12 СНИЖЕНИЕ ЛОКАЛЬНОГО МЫШЕЧНОГО НАПРЯЖЕНИЯ.



Программа обладает обезболивающим действием благодаря электрической стимуляции подкожного нервного слоя и модулированным частотам. Электроды должны находиться на больном месте.

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы

#### PG 13 СНИЖЕНИЕ РАССЕЯННОГО МЫШЕЧНОГО НАПРЯЖЕНИЯ.



Благодаря диапазону частот от 40 до 160 Hz эта программа эффективно снимает мышечное напряжение.

**Продолжительность** : 20 мин. активной фазы

#### PG 14 ВАСКУЛЯРИЗАЦИЯ



(стимуляция кровеносных сосудов) Эта программа снимает ощущение тяжелых ног.

**Продолжительность** : 26 мин. активной фазы

## ВА ЖНО: ИЗУЧИТЕ ПЕРЕ Д ИСПОЛЬЗОВА НИЕМ АППАРАТА

В приобрели эффективный и мощный профессиональная аппарат.

Вы должны внимательно , не торопясь, ознакомиться с его функционированием.

1 - Читайте инструкции внимательно

2 - Перед использованием зарядите аппарат (см.фото I-Е стр.3)

3 - Проверьте Ваш аппарат на квадрицепсах, следуя процедуре быстрого тестирования, описанного ниже

## БЫСТР ОЕ ТЕ СТИРОВА НИЕ ФУНКЦИОНИРОВА НИЯ АППАРАТА

**ПРОВЕРЯЙТЕ ВАШ АППАРАТ НА КВАДРИЦЕПСАХ**

1 - Возьмите любую половину пояса, нанесите слой крема на встроенные электроды (см.фото III-Е стр.4).

2 - Соедините её с первым каналом (2 штекера одного цвета с 2 другими такого же цвета)

3 - Включите аппарат нажав на кнопку "Φ" и затем нажмите 6 раз на кнопку "OK".

4 - Постепенно повышайте мощность на канале.

5 - Эта процедура поможет Вам определить Ваши возможности в использовании мощностей аппарата.

## I. ЗАРЯДКА АККУМУЛЯТОРОВ

Аппарат имеет в комплекте перезаряжающиеся батареи (аккумуляторы).

Перед использованием аппарата заряжайте их в течение 12 часов, подсоединив к источнику питания.

Не пользуйтесь аппаратом во время зарядки аккумуляторов.

Если Вы не пользуетесь аппаратом долгое время, производите зарядку аккумуляторов каждые 4 месяца.

Когда аккумуляторы разряжаются, аппарат автоматически отключается и переходит в режим standby, предотвращая тем самым полную разрядку.

Для зарядки аппарата подключите его к адаптеру который входит в комплект поставки. (См. фото I-Е стр.3)

### ДИСПЛЕЙ ЗАРЯДКИ АККУМУЛЯТОРОВ

Во время зарядки аккумуляторов дисплей-пиктограмма показывает уровень зарядки на данный момент : "▢▢"; "▢▢"; "▢▢▢".  
Время отсчитывается в порядке убывания от "12" до "00".

По окончании зарядки дисплей показывает цифры 00 слева от пиктограммы-хронометра.

Пиктограмма - батарея показывает "▢▢▢".

При отключении адаптера от сети дисплей выключается.

Если пиктограмма – батарея показана «пустой», это означает, что аккумуляторы разрядились.

## II. ЗАПУСК АППАРАТА

### ШАГ 1: ДИСПЛЕЙ – ВКЛЮЧЕНИЕ

Будьте внимательны при включении аппарата (красная кнопка «O»).

Нажмите отрывисто (не дольше 1 секунды) на кнопку "Φ".

Все программы высветятся на дисплее в течение 3 секунд, затем Вы увидите мигающее изображение мышц лицевой части тела.

Если вы долго будете держать кнопку включения "Φ", то на экране отобразятся, и будут мигать все программы используемые данным аппаратом.

Для выключения аппарата отрывисто нажмите на красную кнопку "Φ".

В случае если Вы захотели вернуться в меню, отрывисто нажмите на кнопку "Φ" дважды.

### ШАГ 2 : ВЫБОР МЫШЕЧНЫХ (ОЙ) ЗОН (Ы) ДЛЯ СТИМУЛЯЦИИ

• **Выбор 1-й зоны :**

На дисплее показаны цифры "01", это означает, что аппарат Вам предлагает выбрать первую мышечную зону.

- Если Вы хотите выбрать мышцы передней части тела, подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "OK".

- Если Вы хотите выбрать мышцы задней части тела, подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "D".

- Если Вы хотите вернуться к мышцам передней части тела, подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "C".

Если Вы выбрали мышцы передней части тела (первая мышечная зона - квадрицепсы) - указатели будут мигать в нижней части дисплея.

Если Вы выбрали мышцы задней части тела (первая мышечная зона - полусухожильная и икроножная мышцы)- указатели будут мигать в нижней части дисплея.  
Для перемещения вверх или вниз по мышечным зонам нажимайте на кнопки "D" и "C".

**• Выбор 2-й зоны**

Все пиктограммы замигают снова, дисплей показывает "02".

Дисплей предлагает выбрать вторую мышечную зону:

если Вы хотите выбрать вторую мышечную зону, подтвердите свой выбор мышц передней части тела или мышц задней части тела, нажав на кнопку "OK". Выбрав мышечную зону, нажимайте на кнопку "OK".

Если Вы желаете работать только с одной мышечной зоной, нажмите на кнопку "C" и переходите к этапу 3.

Выбранная (ые) мышечная (ые) зона(ы) будет (ут) показана (ы) на дисплее.

**ШАГ 3 : ВЫБОР ПРОГРАММЫ**

Программы, показанные на дисплее слева (например СПОРТ ) , мигают.

Если Вы выбираете программы СПОРТ , подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "OK".

Если Вы выбираете программы Здоровье , нажмите на кнопку "D" и подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "OK".

Для просмотра всех программ нажимайте на кнопку "D". При каждом нажатии на эту кнопку, дисплей последовательно будет показывать пиктограммы (снизу вверх) и одновременно указывать номер соответствующей программы (порядковый номер сверху по центру).

Если Вы хотите вернуться назад, нажмите на кнопку "C".

На этом этапе Вы выбрали мышечную (ые) зону (ы) для стимуляции и необходимую Вам программу.

**ШАГ 4 : ВЫБОР «ФАЗЫ РАЗОГРЕВА МЫШЦ» И РЕЖИМА ALT ИЛИ SIM**

(только для программ от P6 02 до P6 07).

Пиктограмма  Фазы разогрева мышц мигает в верхнем правом углу дисплея.

Дисплей сначала предлагает эту фазу перед ее включением.

Если Вы хотите выбрать эту фазу, нажмите на кнопку "OK", если нет - нажмите на кнопку "C" и подтвердите свой отказ, нажав на кнопку "O".

(программа исчезнет с дисплея).

Теперь на дисплее мигает .

Для выбора "ALT" нажмите на кнопку "C", для выбора "SIM" нажмите на кнопку "D" и подтвердите свой выбор, нажав на кнопку "OK".

Если Вы не произвели никакого нажатия, то режим "SIM", установленный производителем по умолчанию, просто включается нажатием на кнопку "OK".

Если Вы уже выбрали фазу разогрева мышц, то режим "SIM" показывается на дисплее с момента запуска программы, т.к. фаза разогрева мышц обязательна при режиме "SIM" (Одновременная тренировка нескольких групп мышц).

Дисплей показывает: уровень зарядки аккумуляторных батарей, продолжительность фазы (обратный отсчет в минутах), пиктограмму хронометра, режим  и фазу разогрева (если Вы её выбрали).

Пиктограмма выбранной программы показывается на дисплее постоянно, а выбранная (ые) мышечная (ые) зона (ы) поочередно мигают.

**ШАГ 5 : ЗАПУСК ПРОГРАММЫ - НАСТРОЙКА МОЩНОСТИ**

Теперь нажмите на кнопки настройки мощности "+" (4 кнопки – для аппарата SPORT PRO, или 2 кнопки – для аппарата MULTISPORT), которые соответствуют по цвету соединительным проводам, подключённым к электродам или к поясу.

Не рекомендуется запускать программу, если аккумуляторные батареи разряжены.

Уровень мощности показывается на дисплее внизу.

Интенсивность варьируется в течение сеанса в зависимости от содержания программы.

Длительное нажатие на кнопку "C" возвращает уровень мощности в нулевое положение.

**ШАГ 6 : ВЫПОЛНЕНИЕ ПРОГРАММЫ:**

**Использование кнопки "C" («Сброс»):**

Во время программы: одно нажатие на кнопку "C" при работе на одной из фаз сбрасывает время работы на «0».

Следующая фаза начнётся независимо от того кончилась предыдущая или нет. В этом случае описываемая кнопка позволяет вернуться к выбору первой мышечной зоны (как после обычного окончания программы).

**Отсоединение электродов в ходе программы:**

В случае отсоединения одного электрода, соответствующий канал будет отмечен на дисплее мигающими цифрами "00" (в течение 30 секунд).

В течение этих 30 секунд возможно вновь подсоединить электрод(ы) и переставить мощности на желаемый уровень.

По истечении 30 секунд цифры "00" будут индифицироваться на дисплее не мигая.

**ШАГ 7 : КОНЕЦ ПРОГРАММЫ – ОСТАНОВКА**

По окончании сеанса дисплей предлагает заново запустить новый сеанс показывая мигающими мышцы передней части тела для выбора первой мышечной зоны.

Начните заново процедуру запуска программы, если вы хотите продолжить работу с другой мышечной зоной.

Если нет, нажмите на кнопку "O" для прекращения работы аппарата.

Аппарат сам перейдет в энергосберегающий режим если он бездействует более 5 минут.

**РЕКОМЕНДАЦИИ : Программы для верхних мышц и для нижних мышц различны.**

Мы рекомендуем не выбирать одновременно работу с верхними и нижними мышцами, т.к. в этом случае аппарат отдаст предпочтение верхним мышцам.

**III. ПРИМЕНЕНИЕ АППАРАТА**

**A/ ФУНКЦИЯ ЭЛЕКТРОДОВ**

Эта функция позволяет Вам использовать клеящиеся электроды, подсоединив их к аппарату.

**ШАГ 1 :**

Возьмите электроды и аккуратно снимите с них защитную плёнку (постарайтесь не выкидывать снятую защитную пленку, т.к. она понадобится после окончания работы с электродами).

Кончиками пальцев равномерно увлажните (несколько капель воды) гелиевую поверхность электродов и подождите 2 минуты (См. схему I-A стр.3).

**ШАГ 2 :**

Разместите электроды на Вашем теле как указано на схеме II-A или II-B или C стр.3 : Размещение электродов показано лишь для примера.

На самом деле, размещение электродов на теле зависит от выбранной Вами программы.

Внимание: для эффективного и правильного использования внимательно прочтите и изучите все пункты инструкции (См. фото II стр. 3).

| Пример использования : (См. фото II стр. 3)                                                                      |                                                                                            |                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| B = канал B (синий провод) ; C = канал C (оранжевый провод) ; SUP = верхние части тела ; INF = нижние части тела |                                                                                            |                                                     |
| фото A - Грудные мышцы                                                                                           | фото B - Мышцы плеч                                                                        | фото C - Трапеция                                   |
| 1 - Pectoralis major kasi<br>Δ не размещайте электроды в области сердца                                          | 2 - средняя дельтовидная мышца<br>3 - задние плечевые мышцы<br>4 - передние плечевые мышцы | 9 - Верхняя трапеция<br>10 - Средняя часть трапеции |

**ШАГ 3:**

Возьмите кабель с разъемами (CEV 8) (См. фото I-B стр. 3) и присоедините его:

1- к электродам (См. фото I-C стр. 3)

2- затем к аппарату (См. фото I-D стр. 3)

**ШАГ 4:**

Кабель CEV 8 соединяющий аппарат с электродами состоит из 2х групп по 4 провода каждая, длиной 1м.

Вы можете прикрепить Ваш MULTISPORTPRO на изнанку одежды или под одежду зажимом - клипсой.

**ШАГ 5:**

Включите аппарат, следуя процедуре «ЗАПУСК АППАРАТА», изложенной подробно в параграфе II Мышечные сокращения должны быть чувствительными, но никогда не болезненными. Если электроды вызывают у Вас неприятные ощущения, понизьте уровень мощности до минимума, смените расположение электрода(ов) (сдвиньте) и увеличивайте мощность постепенно. Отрегулировав таким образом мощность и передвинув электрод(ды), дайте Вашему аппарату работать по программе.

**ШАГ 6:**

После завершения программы отсоедините электроды от кабеля (CEV 4 или CEV 8), а затем кабель от аппарата. После этого осторожно отклейте электроды от тела и слегка увлажните их несколькими каплями воды. Аккуратно положите их на защитную пленку (которую Вы сначала снимали). Клеящиеся электроды после использования должны храниться в во влажном и прохладном месте (например в овощном отделении холодильника).

## В / НАЗНАЧЕНИЕ ПОЯСА

Многофункциональный пояс можно применять целиком или разделив его на 2 части, чтобы образовать 2 полупояса.

Целиком пояс используют на животе, ягодицах, нижней части спины.

В разомкнутом виде 2 половины пояса можно применять на руках, бёдрах или икрах.

Многофункциональный пояс содержит вмонтированные электроды, на которые нужно наносить токопроводящий массажный крем SPORT-ELEC®, поставляемый с аппаратом. Крем способствует надежному контакту между электродами и кожей. Его массажные и токопроводящие свойства улучшают комфортность и эффективность стимуляции. Крем может также быть использован для массажа отдельно.

 **Нельзя использовать пояс без крема**  
**Использовать только крем SPORT-ELEC®**

### МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ КРЕМА

- В случае аллергической реакции прекратить использование крема

- Не глотать

- Хранить в местах недоступных для детей

- В случае попадания в глаз промыть водой

### ОПИСАНИЕ ПОЯСА :

**Лицевая сторона : (фото III-A, стр.4)**

1 = Центральные застёжки ; 2 = Отдел для проводов ; 3 = Соединительные электроразъемы ; 4 = Лента для фиксации пояса (липучка)

**Обратная сторона с электродами : (фото III-B, стр. 4)**

4 встроенных электрода

### ШАГ 1: ПОДКЛЮЧЕНИЕ И РАСПОЛОЖЕНИЕ ПОЯСА

• Проверьте, что аппарат MULTISPORTPRO находится в режиме ОСТАНОВКИ работы.

• Возьмите соединительный кабель (CEV 8) (фото I-B стр. 3) и присоедините его:

- с соответствующими по цвету соединительными электроразъемами пояса (голубые с голубыми, оранжевые с оранжевыми) (фото III-C стр. 4)

- затем к аппарату (См. фото III-D стр. 4)

• Нанесите толстый слой массажного токопроводящего крема на выбранную зону, затем на встроенные электроды пояса (на их выпуклые части – фото III-E, стр.4).

• Поместите пояс или два полупояса на стимулируемые зоны и отрегулируйте с помощью фиксирующих лент (липучек), так чтобы встроенные электроды были в плотном контакте с кожей.

(см. фото IV, стр 4 : A = живот ; B = спина ; C = руки ; D = бёдра ; E =икры ; F = главные обратные мышцы)

• Не бойтесь слегка перемещать пояс влево и вправо (внимание: аппарат должен быть в это время выключен!), чтобы потом чувствовать электрические стимулирующие разряды на всём брюшном поясе.

Если Вы почувствуете неприятные ощущения, пощипывания со стороны электродов - выключите аппарат и убедитесь в том, что электроды хорошо смазаны кремом.

#### Размещение пояса целиком :

Для наилучшего размещения всего пояса расположите 2 фиксирующие ленты (липучки) перекрёстно, чтобы свести оба конца на внешней части пояса (См.фото V – A стр.4).

#### Размещение половины пояса на руке :

Перед тем как надеть полупояс, отрегулируйте его по размеру Вашей руки, затем, если требуется, сделайте это повторно для лучшей пригонки (См.фото V – B стр.4).

### ШАГ 2: НАЧАЛО РАБОТЫ С ПОЯСОМ

Подсоединив пояс к аппарату, устройтесь удобно и запустите в действие аппарат следуя инструкции раздела «ЗАПУСК АППАРАТА», изложенной подробно в параграфе II

### ШАГ 3: ПРЕКРАЩЕНИЕ РАБОТЫ С ПОЯСОМ

Завершив программу, отсоедините аппарат от кабеля (CEV 4 или CEV 8) и от пояса. Удалите остаток крема со встроенных электродов влажной салфеткой, затем вытрите пояс насухо и храните его сухим.

## IV. СОВЕТЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Аппарат рекомендован для массажистов в рамках функциональной переподготовки.

- Вы можете снова начать цикл одной из программ на другой мышечной зоне или поменять программу, оставаясь на той же мышечной зоне, при этом не рекомендуется превышать 40 мин длительность программы в день на одну мышечную зону.
- Для оптимального использования аппарата, лучше основываться на схемах программ, предложенных в данной брошюре.
- Коробка и провода аппарата SPORT-ELEC® можно протирать тряпочкой пропитанной дезинфицирующим средством (типа меркрила), разведённого с водой один к десяти.
- При длительном неиспользовании SPORT-ELEC® рекомендуется вынуть батарейки из корпуса аппарата.
- Электроды могут быть увлажнены до и после использования дезинфицирующим средством (напр.: гекседином)
- Клеящиеся электроды следует помещать на их суппорт и хранить в прохладном месте от +5 до +10°С.
- Клеящиеся электроды имеют срок годности приблизительно на 40 применений, не колеблясь, заказывайте их непосредственно в SPORT-ELEC®, 27520 BOURGTHEOULDE - FRANCE - 00 33 2 32 96 50 50 - [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com), (Франция), или требуйте от Вашего постоянного продавца.

### МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- \* Не используйте аппарат для лица
- \* Храните в местах недоступных детям
- \* Советуйтесь с врачом :
- если Вы имеете электронные или металлические имплантаты (браси, и т. д.)
- при кожных заболеваниях (язвы...)

### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

-  **Не использовать аппарат SPORT-ELEC® :**
- В области сердца
  - Если Вы носите кардиостимулятор (pacemaker)
  - При беременности
  - После родов не применять в течение первых 6 недель
  - При нейромышечных заболеваниях
  - При геморрагических заболеваниях

### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Не использовать аппарат во время вождения автомобиля или во время Вашей работы за станком.

Не пользоваться аппаратом во влажных условиях, в ванной комнате, душе, сауне и по близости электрических машин, соединённых с «массой» или «землёй», или даже трубопроводов, проходящих под землёй.

Одновременное использование аппарата и высокочастотного медицинского оборудования может вызвать у пациента ожоги мест контакта электродов с кожей, а сам аппарат может быть повреждён.

Работа медицинского коротковолнового оборудования по близости от электростимулятора SPORT-ELEC® может вызвать колебания мощности у последнего.

### РЕКОМЕНДАЦИИ :

Когда изделие отслужит свой срок, соблюдайте, пожалуйста правила утилизации, принятые в Вашем государстве. Заранее благодарны Вам за то, что Вы поместите отслужившее изделие в предназначенное для этого место и тем самым проявите уважение к окружающей среде. Помещайте изношенные изделия в существующие системы сбора или в специальные коллекторы.



### СОВЕТЫ ПО УХОДУ И ЧИСТКЕ ПОЯСА

- ВНИМАНИЕ : машинная стирка и большое количество воды ЗАПРЕЩЕНЫ
- Не подвергать сухой чистке
  - Не применять хлор
  - Чистить пояс влажной губкой, смоченной в мыльном растворе, затем вытирать тряпкой
  - Чистить коробку тканью, смоченной в дезинфицирующем растворе (типа меркрила), разведённом водой 1/10е
  - Чистить встроенные электроды смесью вода/гипоаллергенный раствор
  - Хранить клеящиеся электроды в пластиковом мешочке в прохладном месте (например в овощном отсеке холодильника).

### ИЗЛУЧЕНИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ПОЛЯ

EN55011 / EN60601-2-10

| Частота (MHz) | Радиус излучения 3 метра (dB(µV/m)) |
|---------------|-------------------------------------|
| 200,0         | < 30                                |
| 400,0         | < 30                                |
| 600,0         | < 30                                |
| 800,0         | < 30                                |
| 1000,0        | < 30                                |

**СОВЕТЫ ПОКУПАТЕ ЛЮ : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ АППАРАТА

### АППАРАТ :

|                                                             |                                                |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Тип тока.....                                               | Однофазный (фаза-ноль)                         |
| Число программ.....                                         | 8 программ СПОРТ, 6 - ЗДОРОВЬЕ                 |
| Число вариантов программ (фаз).....                         | 344                                            |
| Число независимых регулируемых выходов.....                 | 4                                              |
| Максимальная интенсивность на зарядке.....                  | 100мА - 500 Ом/канал                           |
| Полоса частот.....                                          | От 0,25 до 160 Гц                              |
| Полоса импульсных величин.....                              | От 70 до 360 µs                                |
| Питание 4,8V- 1300 мА.....                                  | Аккумуляторные батареи NIMH                    |
| Питание от сети.....                                        | 230 V/ 50 Hz – 9 V 250 мА                      |
| Размеры аппарата и его вес.....                             | 80 x 160 x 35 мм, около 340 гр                 |
| Автоматическая остановка по истечении каждой программы..... | Да                                             |
| Безопасность при включении.....                             | 100%                                           |
| Температура хранения от.....                                | от + 5°C до + 45°C                             |
| Относительная влажность от.....                             | 10% до 90%                                     |
| Температура использования от.....                           | + 5°C до + 45°C                                |
| Относительная влажность от.....                             | 20% до 65%                                     |
| Классификации.....                                          | Тип BF                                         |
| Внимание.....                                               | внимательно читать руководство пользователя    |
| Нормы ЕС относительно медицинских аппаратов.....            | CE 0459 (93/42/CEE)                            |
| RoHS.....                                                   | в состав аппаратов не входят экологически нтия |
| .....                                                       | 2 года                                         |

### ПОЯС :

|                            |                                                              |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Размер.....                | один размер (около 150 см длиной (или 2 полупояса по 75 см). |
| Вес.....                   | 150 г                                                        |
| Ткань.....                 | полиэстер ламинированный на пенопласте                       |
| Встроенные электроды.....  | углеродистый силикон                                         |
| Расчетный срок службы..... | около 12 месяцев                                             |

### КРЕМ МАССАЖНЫЙ ЭЛЕКТРОПРОВОДНЫЙ

|                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| количество.....   | 75 мл / 2,54 fl Oz |
| Réffabricant..... | VC 57B/53-148      |

### ЭЛЕКТРОДОВ

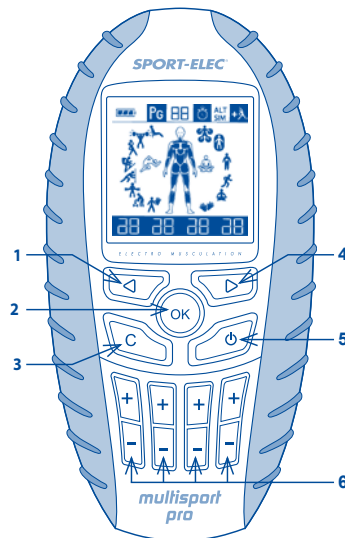
|                            |                                           |
|----------------------------|-------------------------------------------|
| электродов.....            | клеящиеся, гидрофильные и гипоаллергенные |
| Размер.....                | 89 x 50 mm                                |
| Европейский стандарт.....  | CE(СГ) (93/42/CEE)                        |
| Расчетный срок службы..... | 40 использует                             |

### ОБМЕН И ВОЗВРАТ

Пояс, крем и электроды предназначены для персонального использования. По причинам гигиены они не принимаются обратно и не подлежат обмену.

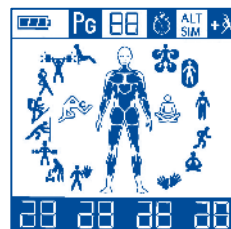
Made in P.R.C.

## MULTISPORTPRO АЛЕТИНІН ТАНІМІ (4 КАНАЛ)



- 1 Sol düğmesi: Bir seçim yapmanızı sağlar
- 2 OK düğmesi: Yapılan bir seçimi geçerli kılar
- 3 C düğmesi (silme-clear): Seçimi geçerli kıldıktan sonra geriye gelinmesini sağlar
- 4 Sağ düğme: programları ve kas bölgelerini seçme düğmesi.
- 5 Açma/Kapama düğmesi: aleti açar ve kapatır
- 6 4 şiddet ayar düğmesi:  
+ : şiddeti artırır / seviye 1'den 30'a kadar  
- : şiddeti düşürür / seviye 30'dan 1'e kadar

## ЕКРАН ТАНІМІ



- Batarya şarj durum göstergesi
- Seçili program numarasını gösterir
- Programın kalan süresini gösterir
- Ardışık kas seçeneği (PG01 - PG08 arası programlar için geçerli seçenektir). Ardışık olarak 2 kas grubunu çalıştırmayı seçtiniz.
- Eşzamanlı kas seçeneği (eksiklik durumu seçeneği). Eşzamanlı olarak 2 kas grubunu çalıştırmayı seçtiniz.
- Isınma aşamasını etkinleştir veya etkinleştirme.
- Spor programları
- Sağlık programları

## PROGRAMLAR



### SPOR PROGRAMLARI

#### Pg 01 CILT HAZIRLIĞI



Cilt engeli direnci düşürür. Deriyi, programlar tarafından aktarılan akımları yayılmasına hazırlar.  
**Süre:** 2 dakikalık aktif evre

#### Pg 02 AKAS HACMININ GERİ KAZANILMASI



Bu program, genellikle bir uzuvun kullanılmamasından veya hareketsiz geçen bir dönemden kaynaklanan kas hacmi kaybını iletmeyi ve onunla mücadele etmeyi sağlar.  
**Süre:** 40 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım

#### Pg 03 KAS HACMININ DESTEKLENMESİ



Bu program, yalnız normal hacme sahip kaslar üzerinde uygulanabilir.  
PG04 ve PG05 kas gücünü geliştirmeyi sağlar.  
**Süre:** 30 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım

#### Pg 04 KAS DIRENCİ



Uyarı sıklık yelpazesi, önemli kas çalışmalarını destekleme kapasitesini arttırmayı hedefler.  
**Süre:** 30 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım



### SAĞLIK PROGRAMLARI

#### Pg 09 MASAJ



Bu program, en iyi derecede masaj etkisi yaratmak için, kademeli olarak 3 ila 10Hz arası değişen sıklıklardan oluşur.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 10 KAS GEVŞETİCİ



Bu program, 0,25 ila 3,5Hz arası frekansların süpürülmesi sayesinde kasların daha hızlı gevşemelerini sağlar.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 11 AKTİF GERİ KAZANIM



Bu program, şiddetli efor sarf edildikten hemen sonra uygulanmalıdır. Frekanslar kümesi PG11 tarafından üretilen bu uygulama, efor sonrası kas çalışmasını sürdürür, kan dolaşım hızını artırır ve endorfin salgılamasını tetikler. Frekans sekanslarının her birinin ardından rahatlatıcı bir etki takip eder.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 05 KAS DAYANIKLILIĞI



PG04 sayesinde önemli çalışmalar destekleyecek seviyeye geldikten sonra, PG05 programı, ağır lifleri en üst düzeyde uyarak yoğun şiddette kas çalışma sürelerini kalıdırabilmeyi sağlar.  
**Süre:** 30 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım

#### Pg 06 KAS BAKIMI



Bu program, kas direnci, dayanıklılığı ve hacmi konusunda elde edilen kazanımların korunmasını sağlar.  
**Süre:** 30 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım

#### Pg 07 PATLAYICI GÜÇ



Bu program mantiken PG03 ve PG04'ün devamında gelmektedir. Bu program, çok yüksek hızda lifleri uyarak kasın en yüksek gücüne ulaşmasını sağlar, kasılma şiddetinin en üst düzeyde olması gerekir.  
**Süre:** 30 dakikalık aktif evre + 6 dakika geri kazanım

#### Pg 08 GERİ KAZANIM



Bu program, 0,5 ve 8 Hz frekanslarının süpürülmesi sayesinde, rahatlatıcı, endorfin ve kan dolaşımının hızlanması etkileri sonucu kasların kendilerini daha hızlı toparlamasını sağlar.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 12 TENS



Elektrikli nörostimülasyonu yoluyla antalgik program, kademeli frekans değişikliği. Elektrotlar, acılı yer üzerine yerleştirilmelidir.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 13 ENDORFİNİK



Bu program, 40 ila 160 Hz frekanslarının süpürülmesi sayesinde, kas gerilimlerinin etkili bir şekilde rahatlatılmasını sağlar.  
**Süre:** 20 dakikalık aktif evre

#### Pg 14 VASKÜLARİZASYON



Bu program, bacaklarda ağırlaşma hissini rahatlatılmasını sağlar.  
**Süre:** 26 dakikalık aktif evre

## ALETİ KULLANMADAN ÖNCE OKUYUNUZ

Yüksek verimli ve güçlü bir alete sahip olmuş bulunuyorsunuz. Kullanım şekillerine hâkim olmak için gerekli zamanı kullanmalısınız.  
1 - Kullanım Kılavuzunu dikkatle okuyun  
2 - Kullanım öncesi, aletinizi şarj edin (resim I-E sayfa3).  
3 - Aşağıda belirtilen hızlı test prosedürü doğrultusunda aletinizi bicepsleriniz üzerinde test edin.

## HIZLI TEST KULLANIMI

ALETİNİZİ BİSEPSLERİNİZ ÜZERİNDE TEST EDİNİZ

- 1 - Bir yanom kemer alın, dahili elektrotlar üzerine krem sürün (resim III-E sayfa 4) veya yapışkanlı 2 elektrot alın ve bunları nemlendirin (resim I-A sayfa 3).
- 2 - Bu veya bunları birinci kanala bağlayın (2 aynı renkli fişi diğer 2 aynı renkli fişe).
- 3 - "OK" düğmesine basarak aleti çalıştırın ve 6 kere peş peşe "OK" düğmesine basın.
- 4 - Kademeli olarak bu kanal üzerinde şiddeti artırın.
- 5 - Bu testi bir kez tamamladıktan sonra, aletinizin performansını keşfetmeye hazırsınız demektir.

## I. BATARYA ŞARJ ETME

Alet, şarj edilebilir bir bataryaya sahiptir, bu sebeple satın aldıktan hemen sonra, 12 saatlik bir süre boyunca, kutusunu civardaki besleme kaynağına bağlayarak şarj etmelisiniz. Batarya şarj olurken aleti kullanmanız mümkün değildir. Kullanılmadığı durumlarda, bataryayı her 4 ayda bir 12 saat şarj edin. Batarya tükenmiş durumda, alet otomatik olarak kendini kapatır, bu şekilde bataryaya aşırı deşarj olma durumuna karşı korumuş olur. Aleti şarj etmek için, şarj cihazını (temin edilen) alete takın (resim I-E sayfa 2).

### BATARYA ŞARJ GÖSTERGESİ

Batarya şarj edilirken, pil göstergesi, gerçekleşmekte olan şarj durumunu belirtmek için "100%", "75%", "50%", "25%" ifadelerini gösterir. 12 - 00 arası şarj süresi hesaplaması başlar. Şarj dolduğunda, kronometre piktogramı solunda "00" rakamı belirir, pil piktogramı "100%"'ü gösterir. Şarj cihazını söktüğünüzde, ekran kapanır. Pil boşaldığında, batarya tükenmiş demektir.

## II. ALETİN ÇALIŞTIRILMASI

### AŞAMA 1: İBARE - AKIM ALTINDADIR

Dikkat, aleti başlatmak için, "OK" düğmesine, en fazla 1 saniyelikliğine net bir şekilde basın (kırmızı düğme). 3 saniye süresince tüm piktogramlar ekranda belirir ve söyner, ardından ön kasları yanıp söyner. Uzun süreli basarsanız, ekranınız yanıp söyner ve var olan tüm piktogramlar belirir. Aleti durdurmak için, "OK" düğmesine net bir şekilde basın. Veya menüye geri dönmek için "C" düğmesine basın, veya "OK" düğmesine 2 kere net bir şekilde basın.

### AŞAMA 2: UYARILACAK KAS BÖLGESİ VEYA BÖLGELERİNİN SEÇİMİ

**1. bölge seçimi :**  
Ekranda "Ü1" yazar, bu birinci kas bölgesini seçmenizi teklif ediyor demektir.  
- Ön kasları seçmek istiyorsanız "OK" düğmesine basarak onaylayın.  
- Sırt kaslarını seçmek istiyorsanız "D" düğmesine basın.  
- Ön kaslara geri gelmek istiyorsanız "C" düğmesine basın.  
Ön kasları seçtiyseniz: 1. aşağı kas bölgesi yanıp söyner: Kuadriseps.  
Sırt kaslarını seçtiyseniz: 1. aşağı kas bölgesi yanıp söyner: İkiz kaslar (baldırlar).  
Üst menüye dönmek ve farklı kas bölgelerini görmek için "D" düğmesine basın.  
Geri gelmek için, "C" düğmesine basın.  
Kas grubunu seçtiğinizde, "OK" düğmesine basarak onaylayın.

## 2. bölge seçimi :

Tüm piktogramlar tekrar yanıp söner ve ekranda "02" ibaresi belirir.

Ekrana 2. kas bölgesini seçmenizi teklif eder:

2. kas bölgesini belirlemek için, tekrardan ön veya sırt kaslarını seçin ve "OK" düğmesiyle onaylayın. Tekrardan başka bir kas bölgesi seçin ve "OK" düğmesiyle onaylayın.

Sadece tek bir kas bölgesi seçmek istiyorsanız, "◀" düğmesine basın ve 3. aşamaya geçin.

Seçilen kas bölgesi veya bölgeleri belirir.

## AŞAMA 3: PROGRAM SEÇİMİ

Sol taraftaki programlar (SPOR programları) yanıp söner. SPOR programlarını seçiyorsanız, "OK" düğmesiyle onaylayın.

SAĞLIK programlarını seçmek istiyorsanız, "▶" düğmesine basın ve "OK" düğmesiyle onaylayın.

"▶" düğmesine basarak program seçeneklerini görebilirsiniz.

Ekranda ilk olarak 1. aşağı piktogramı belirir ve eşzamanlı olarak yukarıda buna denk gelen program numarası belirir.

Geri gelmek için, "◀" düğmesine basın.

Bu aşamada, uyarılacak kas bölgesi veya bölgelerini ve programı seçmiş bulunuyorsunuz.

## AŞAMA 4: "ISINMA AŞAMASI" SEÇİMİ VE ALT SIM SEÇENEĞİ

(Sadece "P02" ile "P07" arası programlar için geçerli).

"ISINMA AŞAMASI" piktogramı sağ üst köşede yanıp söner.

Alet, aktif program aşamasından önce, size bir ısınma aşaması teklif eder.

Bunu seçmek isterseniz, "OK" düğmesine basın, istemezseniz düğmeye basın ve "OK" düğmesiyle onaylayın (ekrandan silkincektir).

"ALT SIM" Ardından piktogram yanıp söner.

"ALT" ı (ardışık) seçmek için "◀" düğmesine basın, "SIM" i (eşzamanlı) seçmek için "▶" düğmesine basın, ardından "OK" ile onaylayın.

Isınma aşamasını seçtiyseniz, eşzamanlı seçenekte ısınma aşaması mecburi olduğundan "SIM" ibaresi program başlarken belirecektir.

Ekranda beliren: Batarya düzeyi, aşama süresi (dakikali geri sayım), kronometre piktogramı,

"ALT" veya "SIM" seçenekleri ve seçtiyseniz ısınma aşaması.

Ardışık olarak, seçili programın piktogramı yanar, seçilen kas bölgesi veya bölgeleri yanıp söner.

## AŞAMA 5: BAŞLATMAK - ŞİDDET GÜCÜ AYARI

Sonra, elektrotlarınıza veya programı başlatmak için aksesuarınıza bağlı kablolarla denk düşen "+" şiddet gücü düğmelerine basın.

Pil zayıfsa, programı başlatmamanız tavsiye edilir.

Şiddet gücü seviyesi veya seviyeleri ekranın alt kısmında belirir. Şiddet güçleri, programın içeriğine göre seans süresince değişir.

"—" düğmesine uzun süreli bir basış, şiddet ayarını 0 seviyesine getirecektir.

## AŞAMA 6: PROGRAM İŞLEYİŞİ:

"C" (Silme) düğmesi kullanımı :

Program süresince, bir aşamanın işleyiş sırasında "C" düğmesine basmanız, bu aşamanın zamanını sıfırlayacaktır.

Program sonuna gelmemişseniz, bir sonraki aşama başlar.

Bu durumda, bu düğme 1. kas bölgesi seçimi menüsüne dönmeyi sağlar (tıpkı sıradan bir program sonunda olduğu gibi).

### Program işlerken elektrotların sökülmesi :

Bir elektrot bağlantısı kesilirse, ilgili kanal "00" a döner ve sabit bir "00" a dönene kadar 30 saniye süresince yanıp söner.

Bu 30 saniye süresince, elektrot veya elektrotları tekrardan bağlamak ve şiddet düzeyini tekrar istenilen seviyeye getirmek mümkündür.

## AŞAMA 7: PROGRAM SONU - DURDURMA DEVREDE

Seans sonunda, 1. kas bölgesini seçmek için ekranda ön kaslar yanıp söner yeni bir seansa başlamak için seçenek belirir.

Başka bir kas bölgesi üzerinde devam etmek isterseniz, başlatma prosedürüne tekrardan başlayın.

İstemiyorsanız, durmak için "0" düğmeye basınız.

5 dakikalık eylemsizlik süresinin ardından, alet bekleme moduna geçer.

### TAVSİYELER: ÜST - ALT KASLAR SEÇENEĞİ

Üst kas programlarıyla alt kas programları arasında fark vardır.

Alet, önceliği üst kaslara verip alt kaslar üzerindeki çalışma verimini hissedilir şekilde düşüreceğinden, üst kaslarla alt kasları eşzamanlı olarak seçmemeniz tavsiye edilir.

## III. ALETİN KULLANIMI

### A/ ELEKTROT FONKSİYONU

Bu fonksiyon, yapışkanlı elektrotları alete bağlayarak kullanmanızı sağlar.

#### AŞAMA 1:

Elektrotları alın ve arkalarındaki destekleri özenle sökün, yapışkan jel üzerine parmaklarınızın ucuyla bir kaç damla su yayararak onları nemlendirin ve 2 dakika bekleyin (bakınız şema I-A sayfa 3).

#### AŞAMA 2:

3. sayfadaki şema II-A veya B veya C'ye göre elektrotları vücudunuz üzerine yerleştirin : verilen konumlandırmalar bilgilendirme amaçlıdır.

Elektrotlarınızı seçmiş olduğunuz program doğrultusunda yerleştiriniz.

Önemli: aleti en iyi şekilde kullanabilmek için, her sayfayı dikkatlice okuyun ve

kullanım örneklerini göz önünde bulundurun (resim II sayfa 3).

| Örnek kullanım şekli : (resim II sayfa 3)                                                    |                                             |                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| B = B kanal fişi (mavi) ; C = C kanal fişi (turuncu) ; SUP = üst uzuvlar ; INF = alt uzuvlar |                                             |                                                    |
| resim A - Göğüs kasları                                                                      | resim B - Omuz kasları                      | resim C - Trapez kasları                           |
| 1 - Pektoralis majör kası<br>Δ Elektrotları kalp bölgesi üzerine yerleştirmeyin.             | 2 - Orta deltoit kası<br>3 - Arka<br>4 - Ön | 9 - Üst trapez kasları<br>10 - Orta trapez kasları |

#### AŞAMA 3:

(CEV8) konektörünü alın (resim I-B sayfa 3) ve bağlayın:

1 - önce elektrotlara (resim I-C sayfa 3)

2 - sonra alete (resim I-D sayfa 3).

#### AŞAMA 4:

Kutu elektrotlara ucunda 4 bağlantı fişi 2 grup bulunan 1 m. uzunlukta 2 kablolu 4 gruptan oluşan bir konektörle bağlıdır.

MULTISPORTPRO cihazınızı, sıkıştırma klipsi aracılığıyla kemeriniz, elbiseniz veya iç çamaşırmız üzerine sabitleyebilirsiniz.

#### AŞAMA 5:

Daha önce II. paragrafta belirtilen «Aleti Çalıştırma» prosedürünü takip ederek aletinizi çalıştırın.

Kasılmalar sert olmalı ancak hiç bir zaman acı vermemelidir.

Eğer elektrotlar düzeyinde rahatsız edici bir his duyuyorsanız : şiddet gücünü en düşüğe getirin, elektrot veya elektrotların yerini değiştirin ve şiddet gücünü kademeli olarak arttırın.

Bu şekilde ayarları optimize ettikten sonra, program süresince aletinizin çalışmasına izin verin.

#### AŞAMA 6:

Program sonunda, elektrotları (CEV8) konektöründen söküp, sonra da bunu aletten söküp.

Elektrotları nazikçe söküp, bir kaç damla su ile hafifçe nemlendirin ve arkalarını özenle tekrar destekleriyle kapatın. Yapışkanlı elektrotları, plastik poşet içerisinde serin bir yerde saklayın (örneğin buzdolabının sebze kısmında olabilir).

## B / KEMER FONKSİYONU

Çok amaçlı kemer, bütün haliyle kullanılabilceği gibi, ayrılarak 2 yarım kemer şeklinde de kullanılabilir. Kemer, bütün haliyle karın, kalça ve sırt kaslarını çalıştırmak için kullanılır. Onu ayırdıktan sonra, 2 «yarım kemer» oluşturmak suretiyle kol, bacak ve baldırları çalıştırmak için de kullanılabilir. Çok amaçlı kemer, üzerine SPORT-ELEC® temas kremi sürmeniz gereken dahili elektrotlara sahiptir. Krem elektrotlarla cildiniz arasındaki teması destekler. Kremin masaj etkili ve elektro-iletken özellikleri, kullanım rahatlığını ve uyarımların etkililiğini artırır. Krem, ayrıca vücut üzerinde masaj için tek başına da kullanılabilir. Yeni bir tüp krem sahibi olmak isterseniz, www.sport-elec.com internet sitesi sanal mağazamız üzerinden sipariş verebilir, veya her zamanki satıcınıza başvurabilirsiniz.



**Kemeri kremsiz kullanamazsınız.**  
**SPORT-ELEC® INSTITUT tarafından temin edilen kremin dışında başka bir krem kullanmayınız.**

### KREM KULLANIM TEDBİRLERİ

- Alerji durumunda, krem uygulamasını durdurun.
- Yutmayın.
- Çocukların erişebileceği yerlerde bırakmayın.
- Gözle temas durumunda, su ile durulayın.

### KEMERİN TANITIMI:

- Ön yüzü : (bakınız resim III - A sayfa 4)
- 1 - Merkezi bağlama 2 - Kablo bölümü 3 - Bağlantı fişleri 4 - Cırt cırtlı bant
- Elektrotlu yüzü : (bakınız resim III - B sayfa 4)
- 4 dahili elektrot

### AŞAMA 1: BAĞLANTI SAĞLAMA VE KEMERİN YERLEŞTİRİLMESİ.

- MULTISPORTPRO aletinizin KAPALI olduğundan emin olun.
- (CEV8) konnektörünü alın (resim I- B sayfa 3) ve onu bağlayın:
  - Renk gruplarına göre kemerin fişlerine (ör : mavi fiş siyah fiş ile, turuncu fiş gri fiş ile, ...) (resim III- C sayfa 3).
  - sonra alete ( resim III- D sayfa 4).
- Kemerin dahili elektrotları üzerine kalın bir elektro-iletken masaj kremi tabakası yaparak sürün (bombeli taraf - resim III - E sayfa 3).
- Kemeri veya 2 yarım kemerleri uyanılacak bölge veya bölgeler üzerine yerleştirin ve dahili elektrotların cildinizle tam temas sağlayacağı şekilde « cırt cırtlı » bant aracılığıyla sıkılığını veya sıkılıklarını ayarlayın (resim IV sayfa 4 : A – karın, B - bel, C - kollar, D - basenler, E - baldırlar, F - sırt).
- Kasılmaları tüm karın kasları bölgesinde hissedebilmemiz için kemeri hafifçe sola veya sağa hareket ettirmekten çekinmeyin (aletin kapalı olmasına dikkat edin).
- Eğer bir elektrot ağrı yapıyor veya kanıncalanma hissi doğuruyorsa, aleti kapatıp elektrot üzerinde krem tabakasının olup olmadığını kontrol edin.

### İNCELİKLER:

- **Kemerin bütünüyle yerleştirilmesi (resim V - A sayfa 4):**  
Kemer bütün halinde en iyi şekilde yerleştirebilmek için, her 2 bandı, 2 ucı cırt cırtlı kısmı dışarı getirecek şekilde çapraz hale getirin.
- **Yarım kemerin kol üzerine yerleştirilmesi (resim V - B sayfa 4):**  
Yarım kemeri kolunuza takmadan önce kolunuz çevresi genişliğinde ayarlayın ve ardından en iyi oturacak şekilde sıkılaştırmak için gerekirse tekrardan başlayın. .

### AŞAMA 2: KEMER FONKSİYONUNU BAŞLATMA

Aletinizin bağlantısını bir kez tamamladıktan sonra, rahat bir yere yerleşin ve daha önce II. paragrafta belirtilen «Aleti Çalıştırma» prosedürünü takip ederek aletinizi çalıştırın.

### AŞAMA 3: KEMER FONKSİYONUNU DURDURMA

Program sona erdiğinde, aleti (CEV8) konnektöründen ve kemerdan sökün. Elektrotlar üzerinde kalan kremi nemli bir bezle silin ve ardından kurulaayn.

## IV. KULLANIM TAVSİYELERİ

**Alet, fizik tedavi uygulamalarında kaslara yeniden işlevsellik kazandırılmasında uzmanlarca tavsiye edilmektedir.**

- Programlardan birinin döngüsünü bir başka kas bölgesi üzerinde tekrardan başlatmak veya kas bölgesi başına ve günde 40 dk. kullanım (aktif çalışma) süresini aşmadan aynı kas bölgesi üzerinde kalarak program değiştirmek mümkündür.
- En iyi kullanım için, bu kılavuzda size sunulan şemalardan yola çıkarak hareket edin.
- Alet kutucuğu ve kablolar 10'da 1 oranında sulandırılmış dezenfektan sıvısı (Mercryl tipi) emmiş bir bezle temizlenebilir.
- Yapışkanlı elektrotlar, kullanım öncesi ve sonrasında dezenfektanlı bir maddeyle tekrardan ıslanılabilir (ör: Hexomedin).
- Yapışkanlı elektrotlar, arkalan özenle tekrar kapatıldıktan sonra +5°C ile +10°C arası sıcaklıkta serin bir yerde saklanmalıdır.
- Yapışkanlı elektrotların kullanım ömrü yaklaşık 40 kullanımdır. www.sport-elec.com internet sitesi sanal mağazamız üzerinden sipariş vermekten veya her zamanki satıcınıza başvurarak siparişinizi vermekten çekinmeyin.

### KULLANIM TEDBİRLERİ

- \* Aleti yüz bölgenizde kullanmayın
- \* Çocukların erişebileceği yerlerde bırakmayın.
- Doktorunuzdan tavsiye alın:
  - genel anlamda vücudunuza uygulanmış elektronik veya metalik bir nakil durumunda (broş, vs...)
  - cilt rahatsızlığı durumunda (yaralar...)

### UYARILAR:

- Araç sürerken veya başka bir makine üzerinde çalışırken aleti kullanmayın.
- Elektro kas çalıştırma aletinizi, nemli bir ortamda, banyoda, saunada ve toprağa bağlı boru döşemeleri dâhil, sektöre ve toprağa bağlı elektrikli aletlerin yakınında kullanmayın.
- Bir hastanın aynı anda yüksek frekanslı cerrahi bir alete bağlı olması durumu, uyarım ileten elektrotların vücuda temas ettiği noktalarda yanıklara sebebiyet verebilir ve uyarım alet hasar görebilir.
- Aletin hemen yakınında kısa dalgalı bir tedavi aletinizi çalıştırılması, uyarıcının çıkış gücünde düzensizliklerin yaşanmasına sebep olabilir.

### TAVSİYELER:

Aletinizi ömrünü tamamladığında, aletinizden ayrılarak, ulusal yönetmeliğe uygun davranmaya özen gösterin. Aletinizi, güvenli ve çevreye duyarlı bir şekilde imha edilmesinin sağlanması için belirlenmiş bir yere bıraktığınız için teşekkür ederiz.



### KONTRENDİKASYONLAR

**SPORT-ELEC® aletini şu yer ve durumlarda kullanmayın:**

- Kalp bölgesi üzerinde
- Kardiyak stimülör taşıyorsanız (pacemaker)
- Hamilelik durumlarında.
- Doğum sonrasında, kullanmak için 6 ay beklemeli.
- Nöromusküler rahatsızlık durumlarında
- Hemorajik rahatsızlık durumlarında

### KEMER BAKIMI VE TEMİZLİĞİ İÇİN TAVSİYELER

- DİKKAT: Su ile makinede yıkamak, makinede kurulamak ve ütölemek YASAKTIR.
- Kuru temizleme yapmayın
- Çamaşır suyu kullanmayın
- Üzerine deterjan dökülmüş nemli bir süngerle kemeri temizleyin ve ardından bir bezle kurulaayn.
- Kutucuğu, 10'da 1 oranında sulandırılmış dezenfektan sıvısı (Mercryl tipi) emmiş bir bezle temizleyin.
- Dahili elektrotları, hipoleerjenik deterjan ve su karışımı sıvı ile temizleyin, ardından iyice durulaayn.

### YAYILAN ELEKTRİK ALANI

EN55011 / EN60601- 2- 10

| Frekans (MHz) | 3m'lik elektrik alanı (dB(µV/m)) |
|---------------|----------------------------------|
| 200,0         | < 30                             |
| 400,0         | < 30                             |
| 600,0         | < 30                             |
| 800,0         | < 30                             |
| 1000,0        | < 30                             |

**INFO CONSO : +33 (0)2 32 96 50 50**

## V. TEKNİK ÖZELLİKLER

### ALET:

|                                                 |                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Akım tipi.....                                  | İki fazlı                                                                                                                                   |
| Program sayısı.....                             | 8 «SPOR» PROGRAMI - 6 «SAĞLIK» programı                                                                                                     |
| Program çeşitliliği sayısı (veya aşamalar)..... | 344                                                                                                                                         |
| Ayarlanabilir bağımsız kanal sayısı.....        | 4                                                                                                                                           |
| 500Q / Kanal şarj üzerine maksimum şiddet ..... | 100 mA / 500 Ohms / kanal                                                                                                                   |
| Frekans bandı.....                              | 0,25 ila 160 Hz arası                                                                                                                       |
| İtüş genişlik bandı.....                        | 70 ila 360 µs arası                                                                                                                         |
| Besleme 4,8 V- 1300 mAh.....                    | Ni-MH yeniden şarj edilebilir batarya                                                                                                       |
| Sektör beslemesi (Ref THA239025) .....          | 230V AC / 50 Hz - 9V AC 250 mA - Norm doğrultusunda Sınıf II (EN 60601-1) - Sadece aletle birlikte temin edilen sektör beslemesini kullanın |
| Aletin boyutları ve ağırlığı.....               | 80 x 160 x 35 mm - 340 gr                                                                                                                   |
| Her program sonunda kendiliğinden durma.....    | evet                                                                                                                                        |
| Açılış güvenliği.....                           | 100%                                                                                                                                        |
| Saklama sıcaklığı.....                          | 0°C'den + 45°C'ye kadar                                                                                                                     |
| Buna ilişkin nem oranı.....                     | %10'dan %90'a kadar                                                                                                                         |
| Kullanım sıcaklığı.....                         | + 5°C'den + 45°C'ye kadar                                                                                                                   |
| Buna ilişkin nem oranı.....                     | %20'den %65'e kadar                                                                                                                         |
| Sınıflandırma.....                              | BF tipi                                                                                                                                     |
| Dikkat .....                                    | Notları dikkatlice okuyun                                                                                                                   |
| Tıbbi cihazlara ilişkin CE belirteci.....       | CE 0459                                                                                                                                     |
| RoHS.....                                       | Aletler, çevre üzerinde olumsuz etki yaratacak malzemeler kullanılmadan yapılmıştır.                                                        |
| Garanti.....                                    | 2 yıl                                                                                                                                       |

### KEMER:

|                         |                                                                          |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Boy .....               | Tek boy (yaklaşık 150 cm uzunluğunda)<br>(Veya 75 cm'lik 2 yarım kemer). |
| Ağırlık.....            | 150 g                                                                    |
| Kumaş.....              | köpük üzerine katmanlı polyester                                         |
| Dahili Elektrotlar..... | karbonlu silikon                                                         |
| Tahmini ömrü.....       | yaklaşık 12 ay                                                           |

### ELEKTRO-İLETKEN TEMAS KREMİ:

|                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| Nicelik .....     | 75 ml / 2.54 fl Oz |
| Üretici ref ..... | VC 57B/53-148      |

Made in P.R.C.

### ELEKTROTTLAR :

|                   |                                      |
|-------------------|--------------------------------------|
| Elektrotlar ..... | Hidrofil ve Hipoalerjenik yapışkanlı |
| Boy .....         | 89 x 50 mm                           |
| Tahmini ömrü..... | sınırlı 40 kullanımlarla             |

### GARANTİ:

Kemer, krem ve elektrotlar kişisel kullanıma yöneliktir. Hijyenik sebeplerden dolayı, iade edilemez ve değiştirilemez.

## V. الخصائص التقنية

### الجهاز:

نوع التيار : شلي المطور  
عدد البرامج: 8 برنامج "رياضة" - 6 برنامج "صحة"  
عدد تمديدات البرامج (أو المراحل): 344  
عدد القنوات المستقلة للتعديل: 4  
الكثافة القصوى على التمدد 500 نوم / بقعة: 100 م / 500 أوم / قناة  
نطاق التردد: من 0.25 إلى 160 هيرتز  
نطاق عرض الانتفاخ: من 70 إلى 360 ميكرو ثانية  
الغنية الكهربائية: 4.8 فولت - 1300 ميلي أمبير ساعة: بطارية قابلة لإعادة شحن Ni-MH  
تخنية التيار (مرجع THA239025): 230 فولت AC / 50 هيرتز - 9 فولت AC 250 م. أ - 1 نقطة 2 حسب المعيار: EN 60601-1  
لا تستخدم غير وحدة الغنية بالتيار المزودة مع الجهاز  
قياسات ووزن الجهاز: 80x160x35 ملم - 340 غ  
توقف تلقائي بعد نهاية كل برنامج: نعم  
السلامة لدى إطلاق التشغيل: 100%  
حزمة التخزين / الرطوبة النسبية: من 0 م. أ إلى + 45 م. أ / من 10% إلى 90%  
حزمة الاستخدام / الرطوبة النسبية: من 5 م. أ إلى + 45 م. أ / من 20% إلى 65%  
تصنيف فئة BT  
نمط: يجب قراءة النمل بالنيابة  
علامة CE الخاصة بالأجهزة الطبية: CE 0459  
RoHS: تم بناء الأجهزة بدون معادن يمكنها أن تصدّر بتأثير.  
الضمان: 2 سنة

### الإلكترونيات :

الإلكترونيات ..... اللاصقة مائية وقليلة التسبب بالحساسية  
القياسات ..... 89 x 50 ملم  
يقدّر العمر ..... تقتصر على 40 يستخدم

### الضمانة :

إن الحزام والكريم والإلكترونيات مخصصة للاستخدام الشخصي. لأسباب تتعلق بالنظافة الصحية، لا يمكن استردادها أو تبديلها.

Made in P.R.C.

### الحزام :

قياس موحد ..... حوالي 150 سم طول  
(أي طول آل نصف حزام 75 سم)  
الوزن ..... 150 غ  
النسيج ..... بوليستر من رقائق على رغوة  
الإلكترونيات المدمجة ..... سيليكون غني بالكربون  
يقدّر العمر ..... حوالي 12 شهرا

### آريم الاتصال :

خصائص ..... موصل للكهرباء  
أنبوب آريم ..... 75 مل / 2.54 أونصة سائلة  
مرجع المصنع ..... VC57B/53-148

استعلامات المستهلك : 50 50 96 32 2 (0) 33 +

## B/ وظيفة الحزام

يمكن استعمال الحزام المتعدد الوظائف بأكمله أو فصله إلى جزئين من نصف حزام.

يتمتع الحزام بأكمله للجنس "الأرداف" الظهر.

حين تفكيكه، يمكن استعمال نصف الحزام فقط: أعين، لأفخذ أو ثعلبات الساقين.

توفر في الحزام المتعدد الوظائف "الانكروتات المدمجة" والتي يجب أن تضع عليها كريمة سيور -ليك® Sport-Elec.

يعطى الكريم الاتصال بين الإنكروتات والجنس.

من خصائصه التلصق، وتوصيل الكهرباء، مما يحسن راحة الاستعمال وفعالية التحفيز.

يمكن استعمال الكريم بغيره لتلصق الجسم.

إذا وخبث ببقعة اللبوس آخر من الكريم يمكنك طيه عبر متجرنا لتبيع عبر "الشبكة" [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)، أو توجه إلى البائع المحلي.

لا يمكنك استعمال الحزام من دون الكريم.

لا تستعمل كريما غير هذا "الذي يتم تزويده به من قبل معهد سيور -ليك® Institut Sport-Elec".

### احتياطات استعمال الكريم

- في حالة الحساسية، أوقف تطبيق الكريم.
- عدم الابتلاع.
- لا تدعه يمتصق لبدي الأطفال.
- في حالة ملامسة العين، اغسل باماء.

### عرض الحزام:

- النجوة الأصلية: (الصورة A-III الصفحة 3)
- 1 - علاقات مركزية
- 2 - تصنيف الأسلاك
- 3 - مقالين "توصيل"
- 4 - نقطة فيكر
- 4 - العلاقات متداخلة
- 4 - العلاقات متداخلة

### المرحلة 1: وصل وتشغيل الحزام.

وصل الموصل الصورة الصفحة على

تأكد من أن جهاز سيور-إلكت® SPORT-ELEC هو في حالة توقف قم فربس الحزام بحسب مجموعة الأثران (مثلا: القوائم الزرقاء على سماخذ سوداء، ثابو ايمو البرتقالية مع الماخذ الرمادية الصورة الصفحة 4 من ثم على الجهاز الصورة الصفحة

الصفحة E-III-قم بتطبيق طبقة كريمة من كريم تلصق الموصل الكهربائي على الإنكروتات المدمجة في الحزام (الجزء المنفتح الصورة

3)

ضع الحزام أو نصف الحزام على المنطقة (المنافق) المطلوب تحفيزها و قم بتكريره (بتكريره) بواسطة الأربطة المصنعة لتثبيت بشكل عضلات الساقين، E - لأفخذ، D - اندراعين، C - أسفل الظهر، B - البطن، A - الصفحة 3: IV تكون فيه الإنكروتات المدمجة على توافق مع الجذ (الصورة

- عضلات الظهر F)

لا تتركه يقل الحزام قليلا إلى اليسار أو إلى اليمين (أحرص على أن يكون الجهاز مغطا) من أجل الحصول بالتاليان على إحصائي غملاق للجنس.

إذا احسبت ببعض الألم أو وخز على مستوى الإنكروت، توقف الجهاز وتحقق من كونها مغلقة كتمة بالكامل.

ميارات:

A، B وضع الحزام بأكمله: من أجل الفصل وضع للحزام بأكمله، شيفك الأرباطين حتى جلب الطرفين إلى جزء لفصل فيلكر "خارجية (الصورة •

C، D وضع نصف الحزام على الخراع: قم بضغط نصف الحزام حول ذراعك قبل أن تدائه ثم أعد الكرة إذا اقتضى الأمر لتحقيق أفضل ضبط (الصورة • الصفحة 3).

### المرحلة 2: (إطاري عمل الحزام

أدنى وصل جهازك، استقر براحة و شلق جهازك عبر انداعك لإجراء "وضع الجهاز قيد التشغيل" و المفصل أدنى على الفقرة II.

### المرحلة 3: إيقاف عمل الحزام

حين انتهاء البرنامج، قم بفصل جهاز التوصيل (CEV8) عن الحزام.

اسحب قبض الكريم عن الإنكروتات المدمجة بواسطة قطعة قماش مشبعة بالماء ثم نظفها.

## IV . نصائح الاستعمال

يوصي أخصائيو العلاج الطبيعي باستعمال هذا الجهاز ضمن إطار إعادة التأهيل الوظيفي.

### تحذيرات:

يجب عدم استخدام الجهاز أثناء قيادة سيارة أو خلال العمل على آلة

يجب عدم استخدام جهاز العضلات الكهربائي في محيط رطب، الحمام، سونا وبالقرب من أجهزة كهربائية موصولة بالتأثير وبالأرض، حتى بتأثير متصلة بالأرض. إن وصله بالتأثير على مريض متصل بجهاز جراحة بتردد عالي يمكنه أن يولد حروفا في نقاط اتصال الإنكروتات المحفز كما يمكن أن يتضرر المحفز.

إن الاستعمال مباشرة بالقرب من جهاز علاج بواسطة التيارات الإشعاعية يمكنه أن يؤدي إلى حدوث اختلال في القوة الصادرة عن المحفز.

### احتياطات الاستعمال

\* عدم استعمال الجهاز على الوجه

\* لا تتركه يمتصق يد الأطفال

أطلب نصيحة طبيبك :

- في حالة وجود زرع إلكتروني أو معنى بشكل عام (قضيب، إيدج)

- في حالة المعاناة من مرض جلدي (جروح...)

### التوصيات:



حين يشطب الامر، تتخلص من الجهاز في نهاية حياته، يجب احترام التشريعات الوطنية الممرعة الإجراء بهذا الخصوص. الرجاء، وضعه في مكان مع "لهد" العرض من أجل التأكد من التخلص منه بطريقة مضمونة ضمن احترام البيئة.

### تعليمات مضادة

عدم استعمال جهاز "سيور-ليك®" Sport-Elec:

\* عند منطقة التشنج

\* إذا كنت تحمل سحفا قريبا (جهاز تنظيم ضربات القلب)

\* في حالة الحمل.

\* بعد الولادة، يجب الانتظار 6 أسابيع قبل الاستعمال

\* في حال المعاناة من أمراض عضوية عضلية

\* في حال المعاناة من أمراض مزمنة

### نصائح الاستخدام

- من الممكن إعادة دورة أحد البرامج على عضلة عضلية أخرى أو بتغيير البرنامج مع البقاء على نفس المنطقة لكن دون تحفيز. لا 40 دقيقة في كل مرة استعمال (المرحلة التشنج) لكن منطقة عضلية باليوم.

- من أجل أفضل استعمال، يجب الاستعداد من الترميمات المنتهية في هذا التليل التعريفي.

- بالإمكان تنظيف قطعة قطعة قماش مشبعة بمحلول مطهر (نوع مركزيل) مخفف باماء حتى نسبة 10/1.

- بالإمكان إعادة ترتيب الإنكروتات بعد استعمالها بواسطة مادة مطهرة (مثلا: هيكسوميدين)

- يجب إعادة وضع الإنكروتات اللاصقة على داعها وحفظها في مكان محقق البرودة عن + 5 د. ج. إلى - 10 د. ج.

- يبلغ عمر الإنكروتات اللاصقة حوالي 40 مرة استعمال، لا تفرط بطلبها عبر شبكة [www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)، أو توجه إلى البائع المعتمد.

### نصائح صيانة وتنظيف الحزام

- انتبه: إن غسله في الغسالة أو بمضخة مياه غزيرة أو في جهاز تنظيف "السيل" والتي كلها أمور ممنوعة

- لا تقم بتنظيفه على التالف

- لا تستخدم الجافون

- نظف الحزام بواسطة إسفنج مبلل مشبعة بمحلول ثم اسحه بواسطة قطعة قماش.

- اسحب الغاية بواسطة قطعة قماش مشبعة بمحلول مطهر (نوع مركزيل) مخفف بالماء حتى نسبة 10/1.

- اسحب الإنكروتات المدمجة بواسطة مزيج من الماء ومن مستحضر تنظيف قليل الشسبب بالصلابة، ثم اغسلها بالماء.

الحقل الكهربائي الصادر عن الجهاز. (EN55011 / EN60601- 2- 10)

| تذبذبة ميغاهرتز (MHZ)               | 200,0 | 400,0 | 600,0 | 800,0 | 800,0 |
|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| الحقل الكهربائي حتى 3 متر (dB(μV/m) | < 30  | < 30  | < 30  | < 30  | < 30  |

إذا ثبت خيارك على العضلات الأمامية: تومض المنطقة الأولى العضلية في الأسفل: عضلات الفخذ.  
إذا ثبت خيارك على عضلات الظهر: تومض المنطقة الأولى العضلية في الأسفل: العضلة التواء (عضلات الساقين).  
اضغط على المسمية ">" للعودة إلى الأعلى ولاستعراض أافة المناطق العضلية.  
للعودة إلى الخلف، اضغط على لمسة "<".  
حين يتم اختيار المجموعة العضلية، قم بتأييد خيارك عبر الضغط على لمسة "OK"

#### • خيار المنطقة الثانية:

تومض الرموز ألها مجددا وتعرض الشاشة "02"  
تقترح عليك الشاشة منطقة عضلية ثانية:  
لاختيار المنطقة العضلية الثانية، قم بتأييد خيارك مجددا إما عبر العضلات الأمامية أو عضلات الظهر، اضغط على "OK"  
إذا أنت لا تريد غير منطقة عضلية واحدة، اضغط على لمسة "<" وانتقل إلى المرحلة 3.  
يتم عرض المنطقة (المناطق) العضلية التي تم اختيارها.

### المرحلة 3: اختيار البرنامج

تعرض البرامج من اليسار. ومي تومض (برنامج الرياضة).  
إذا اخترت برنامج الرياضة، اضغط على "OK".  
وإذا أنت تريد اختيار برامج الصحة، اضغط على المسمية ">" واضغط على "OK" للتأييد.  
قم باستعراض البرامج عبر الضغط على المسمية ">".  
تبدأ الشاشة بعرض أول رمز من الأسفل، ويعرض تباعا بالأعلى رقم البرنامج المقبل.  
إذا رغبت بالعودة إلى الوراء اضغط على المسمية "<".  
عند هذا المستوى، تكون قد اخترت المنطقة (المناطق) العضلية الواجبة التنشيط والبرامج.

### المرحلة 4: خيار "مرحلة التنسخين" وخيار ALT SIM

(فقط البرامج من PG02 إلى PG07).  
يومض رمز "مرحلة التنسخين" في الأعلى إلى اليمين.  
يقترح عليك الجهاز مرحلة التنسخين قبل البدء بالمرحلة النشطة من البرنامج.  
إذا أردت اختيار ما اضغط على "OK"، وإلا فاضغط على المسمية "أد بـ" "OK" (تختفي من على الشاشة). ثم يومض الرمز لاختيار "ALT" (التناوب) اضغط على المسمية "<"، لاختيار "SIM" (متزامن)، اضغط على المسمية ">"، وأد بـ "OK".  
إذا اخترت مرحلة التنسخين، يتم عرض "SIM" لدى انطلاق البرنامج لأن فترة التحمية هي حتماً في الأسلوب المتزامن.  
تعرض الشاشة: مستوى البطارية، مدة المرحلة (الدع التنزالي بلافيقة)، رمز ساعة التوقيت، خيار "ALT" أو "SIM" ومرحلة التحمية إذا أنت قد اخترتها.  
رمز البرنامج الذي اخترته مضاء، تومض بالتناوب المنطقة (المناطق) العضلية المختارة.

### المرحلة 5: إطلاق التشغيل – عيارات القوة

بعدما اضغط على الأزرار + من لمسات القوة التي تطابق الأملاك الموصولة إلى الإلكترودات التي تستعملها أو لوازم إطلاق البرنامج.  
إذا ألئت البطارية ضعيفة، يوصى بعدم إطلاق البرنامج.  
يعرض مستوى الطاقة (الطاقات) في أسفل الشاشة. تتراوح القوة خلال الفترة بحسب محتوى البرنامج.  
إن الضغط المطول على المسمية – يعيد الطاقة إلى 0.

### المرحلة 6 : سير البرنامج:

- استعمل المسمية "C" (المنح) :  
خلال البرنامج، يؤدي الضغط على المسمية "C" خلال سير المرحلة إلى إعادة توقيتها إلى الصفر. تنطلق المرحلة التالية إلا إذا أنت قد وصلت إلى نهاية البرنامج.  
في هذه الحالة، تسمح هذه المسمية بالعودة إلى خيار المنطقة العضلية الأولى (مثل أية نهاية عادية للبرنامج).
- فصل الإلكترودات خلال البرنامج:  
إذا انفصل أحد الإلكترودات، تعود القننة المعنية إلى 00 وتومض بذلك خلال 30 ثانية قبل العودة إلى 00 ثابت.  
خلال مدة 30 ثانية، من الممكن إعادة وصل الإلكترود (الإلكترودات) وإعادة الطاقات إلى المستوى المرغوب.

### المرحلة 7: نهاية البرنامج – توقف أثناء سير البرنامج

في نهاية فترة التمرين، تقترح الشاشة مجددا إطلاق فترة تمرين جديدة عبر وميض العضلات الأمامية لاختيار المنطقة العضلية الأولى.  
أعد إجراء انطلاق التشغيل إذا رغبت بالمتابعة على منطقة عضلية أخرى.  
وإلا اضغط على المسمية للتوقف.  
ينتقل الجهاز إلى التوقف الموقت بعد خمس دقائق من عدم النشاط.

### التوصيات:

يوجد فارق بين برامج العضلات العليا والعضلات السفلى.  
يوصى بعد اختيار العضلات العليا بالتزامن مع العضلات السفلى لأن الجهاز يعطي الأولوية للعضلات العليا في هذه الحالة مما يخفض بشكل ملحوظ مردود العمل على العضلات السفلى.

## III . استعمال الجهاز

### A . وظيفة الإلكترودات

تسمح لك هذه الوظيفة باستعمال الإلكترودات اللاصقة عبر وصلها بالجهاز.

#### المرحلة 1:

أنتقم وبكل دقة برفع الداعم الذي يحمي كل من الإلكترودات، تربطها واحدة تلو الأخرى بأصابع بواسطة بضع نقاط ماء على الجول الناصق وانتظر 2 دقيقة (الرسم A الصفحة 3).

#### المرحلة 2:

الصفحة يتم عرض الوضعيات على سبيل المثال: C أو B أو A-II اضغط 2 : الإلكترودات على جسمك وفق الرسم  
ضع الإلكترودات بحسب البرنامج الذي تختاره  
هنا: لأفضل استعمال، عليك قراءة التثليل بالتبناه والأخذ بالحسبان امثلة الاستعمال (الرسم الصفحة 2).

امثلة الاستعمال:

B = بضاعة النساء (أزرق)، C = بطاقة القننة (برتقالي)

A- عضلات الصدر

1- العضلة الصدرية الكبرى – لا نضع الإلكترودات على منطقة القلب

B- الكتفين

2- عضلة الكتف السفلى: الأيسرى 3- الخلفية 4- الأمامية

C- عضلة الكتف الأيمن

9- الكتف: لأعلى "جهة العليا" 10- الكتف الأعلى الجهة الوسطى

#### المرحلة 3:

أخذ الموصل (الصورة B الصفحة 3) وقم بوصله:  
على الإلكترودات (الصورة C الصفحة 3)  
على الجهاز (الصورة D الصفحة 3).

#### المرحلة 4:

الغنية موصولة بالإلكترودات بفضل الموصل المؤلف من 4 مجموعت وسلكين طول كل منهما 1 م. ينتهيان بـ2 مجموعة من 4 شبايك وصل يمكن تثبيت جهاز سيرور. اليك Sport-Elec على طينة الحزام أو الملابس أو الالبسة الداخلية بفضل المنظر

#### المرحلة 5:

قم بتشغيل جهازك مع اتباع الإجراء الخاص "بوضع قيد التشغيل للجهاز" المفصل ألفا في الصفحة II.  
يجب أن تكون الانفصالات قوية ولكن دون أن يولد ذلك الألم.  
إذا شعرت بالصلابة من عرج على مستوى الإلكترودات: خفف القود إلى أدنى حد. غير مكان الإلكترودات و ارفع القوة قدر يجود.  
وحين يصل العجز إلى مستوى الانفصل، دع جهازك يعمل طيلة مدة البرنامج.

#### المرحلة 6:

حين ينتهي البرنامج، قم بفصل الإلكترودات عن الموصل (CEV8) ثم افصله عن الجهاز.  
ثم مزع برقي الإلكترودات، وطمها قليلا بواسطة بضع نقاط من الماء قبل إعادتها بعلية على الحمل. لحفظ الإلكترودات اللاصقة في كيس من البلاستيك في مكان معتدل البرودة (في درج الخضار بالبراد مثلاً).

## البرنامج 1: إعداد الجلد

يخفض مقاومة حاجز الجلد.  
يحضر الجلد لنشر التيارات التي تصدرها البرامج.  
المدة: 2 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 2: استعادة حجم العضلات

يسمح هذا البرنامج بالاحتياط من وبمكافحة فقدان حجم العضلات والذي يرجع عموماً إلى عدم استخدام أحد الأطراف أو نتيجة مرحلة عدم الحركة.  
المدة: 40 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## البرنامج 3: دعم حجم العضلات

لا يمكن تطبيق هذا البرنامج إلا على عضلات ذات حجم عادي.  
يسمح PG04 و PG05 بتنمية قوة العضلات.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## البرنامج 4: مقاومة العضلات

تهدف مجموعة تذبذبات التنشيط إلى زيادة القدرة على دعم الجهود الهامة للعضلات.  
المدة: 30 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## برامج الصحة

## البرنامج 9: التمدد

يتكون هذا البرنامج من تذبذبات تتبدل تدريجياً من 3 إلى 10 هيرتز لمنع أثر تديك أمتل.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 10: استرخاء العضلات

يسمح هذا البرنامج بفضل حرارة التذبذبات من 0.25 إلى 3.5 هيرتز للعضلات باسترخاء سريع.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 11: استعادة القوى الناشطة

يجب استخدام هذا البرنامج فوراً بعد القيام بجهود مكثفة. يسمح إجمالاً بالمحافظة على عمل العضلات PG11 التذبذبات التي يولد ما برنامج بعد الجهد، ويحفز زيادة تدفق الدم ويحرر مواد الأندورفين الكليجية للألم. تتناوب مقاطع التذبذبات هذه مع مغفول استرخاء.

## البرنامج 5: قدرة احتمال العضلات

بعد التساب القدرة على دعم الجهود الكبرى عبر PG04 ، يسمح البرنامج PG05 بدعم زمني للمجهود العضلي الكثيف جداً عبر تنشيط إلى الحد الأقصى للألياف البطيئة.  
المدة: 30 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## البرنامج 6: صيانة العضلات

يسمح هذا البرنامج بإحفاظ على المكتسبات لانسابة للقدرة على الاحتمال والمقاومة وحجم العضلات.  
المدة: 30 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## البرنامج 7: قوة متفجرة

يُندرج هذا البرنامج منطقياً ضمن استمرارية PG03 و PG04. فهو يسمح ببلوغ العضلة القوة القصوى عبر تنشيط الألياف بسرعة عظمى، يجب أن تكون آتفة الانقباض في حالة قصوى.  
المدة: 30 دقيقة لمرحلة النشاط + 6 دقائق لاستعادة القوى

## البرنامج 8: استعادة القوى

يسمح هذا البرنامج بفضل حرارة التذبذبات التي تتراوح بين 0.5 و 8 هيرتز، للعضلات باستعادة سريعة للقوى عبر مغفول الاسترخاء وتخطي الإرقاق وزيادة تدفق الدم.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 12: TENS

برنامج مسكن للألم عبر التحفيز العصبي الكهربائي، التبدل التدريجي للتذبذبات.  
يجب وضع الإلكترودات على مواضع الألم.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 13: أبجج للألم

يسمح هذا البرنامج بفضل حرارة التذبذبات من 40 إلى 160 هيرتز باسترخاء فاعل للعضلات.  
المدة: 20 دقيقة لمرحلة النشاط

## البرنامج 14: تنشيط الأوعية الدموية

يسمح هذا البرنامج بارتفاع في الإحساس بنقل القدمين.  
المدة: 26 دقيقة لمرحلة النشاط

## للقراءة قبل أي استعمال للجهاز

تمتلك الآن جهازاً للمحترفين وقرى الأداء.  
عليك أن تأخذ الوقت الكافي لاكتشاف طريقة عمله.  
1- اقرأ بانتباه طريقة الاستعمال  
2- قبل الاستعمال، ضع الجهاز في حالة الشحن (أنظر الصفحة التالية)  
3- اختبر جهازك على عضلات الفخذ وفق إجراء الاختبار السريع أدناه.

## اختبار التشغيل السريع

- اختبر جهازك على عضلات الفخذ  
1 - خذ نصف حزام، قم بوضع طيقة من الكريم على الإلكترودات المدمجة (الصور III - E الصفحة 4) أو خذ 2 إلكترود وقم بترطيبهما. (الصور I - A الصفحة 3)  
2 - قم بوصله/وصلها على أول قناة (قابسين 2 من نفس اللون على قابسين 2 آخرين من نفس اللون آنك).  
3 - قم بتشغيل الجهاز مع الماسة 0 واضغط 6 مرات متتالية على لمسة "OK"  
4 - قم بزيادة قوة هذه القناة تدريجياً.  
5 - حين تنتهي من مسار الاكتشاف، ستعرف قدرتك على استخدام مقدرات الجهاز.

## 1. شحن البطارية

يحتوي الجهاز على بطارية قليلة للشحن، لذلك من المستحسن منذ استلامه القيام بشحن لمدة 12 ساعة عبر وصل عليه بتغذية التيار.  
من غير الممكن استعمال الجهاز خلال شحن البطارية.  
في حالة عدم الاستعمال يجب شحن البطارية لمدة 12 ساعة ال 4 أشهر.  
إذا ما فرغت البطارية، يصبح الجهاز تلقائياً في حالة توقف مؤقت، مما يؤمن لها بذلك الحماية من آل فراغ مسرف.  
لشحن الجهاز، قم بوصل الشاحن (المزود مع الجهاز) بـ (الجهاز (الصور I - E الصفحة 3)

## عرض شحن البطارية

خلال شحن البطارية، يعرض مؤشر البطارية "3/1"، "3/2"، "3/3" لإظهار الشحن الجاري.  
يبدأ العد العكسي للشحن من 12 إلى 00.  
حين تنتهي عملية الشحن، يظهر الرقم "00" على يسار رمز ساعة التوقيت، يعرض رمز البطارية "3/3".  
حين تفصل الشاحن تنطفئ الشاشة.  
حين تفرغ البطارية، فهذا يعني عدم وجود شحن فيها.

## II. تشغيل الجهاز

## المرحلة 1: العرض - التشغيل

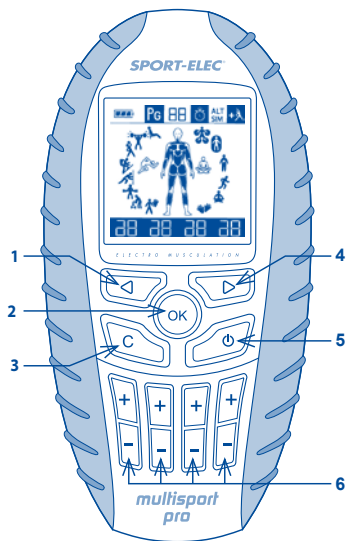
انتبه أثناء وضع التشغيل، قم بضغط قصير 1 ثانية أحد أقصى على "ON/OFF" (اللمسة الحمراء).  
تظهر آل الرموز خلال 3 ثواني ثم تنطفئ، تومض العضلات الأمامية.  
إذا قمت بضغط طويل، تبدأ الشاشة بالوميض وتشير إلى آل الرموز التي تحتويها.  
إيقاف الجهاز، اضغط قليلاً على "ON/OFF".  
أو للعودة إلى القائمة الرئيسية، عليك أن تضغط مطولاً على اللمسة "C"، أو قم بإضغط القصير مرتين على اللمسة "ON/OFF"

## المرحلة 2: اختيار المنطقة (المناطق) العضلية الواجبة التنشيط

## • خيار المنطقة الأولى:

تعرض الشاشة "01"، مما يعني بأنها تقترح عليك اختيار أول منطقة عضلية.  
- إذا أردت اختيار العضلات الأمامية، اضغط على لمسة "OK"  
- إذا أردت عضلات الظهر، اضغط على لمسة ">"  
- إذا أردت العودة إلى العضلات الأمامية، اضغط على لمسة "<"

## وصف جهاز مولتيسبوربرو MULTISPORTPRO (4 قنوات)



1. لمسة اليسار : تسمح بتحديد خيار
2. زر لتأليد الخيار OK لمسة
3. (مسخ): تسمح بالعودة إلى الورا بعد تأليد الخيار C لمسة
4. لمسة اليمين: زر تحديد واختيار البرامج ومناطق العضلات
5. تشغيل وإطفاء الجهاز ON/OFF لمسة
6. لمسات القوة:  
+ : زيادة القوة / المستوى من 1 إلى 30  
- : إنقاص القوة / المستوى من 30 إلى 1

## وصف الشاشة

- مؤشر مستوى شحن البطارية
- تظهر رقم البرنامج الذي تم اختياره
- تظهر المدة المتبقية من البرنامج
- خيار العضلات المتناوبة ( خيار ممكن على البرامج من PG01 إلى PG08 )  
اخترت تشغيل مجموعتي عضلات بالتناوب.
- خيار العضلات المتزامنة (الخيار الافتراضي). اخترت تشغيل مجموعتي عضلات في آن واحد.
- تشغيل مرحلة التسخين أو لا
- برامج الرياضة
- برامج الصحة

### FR - GARANTIE

Nous accordons une garantie de 24 mois sur les produits que nous distribuons à partir de la date d'achat. Pendant la durée de la garantie, nous prendrons gratuitement à notre charge, la réparation des vices de fabrication ou de matières, en se réservant le droit de décider si certaines pièces doivent être réparées ou échangées ou encore si l'appareil lui-même doit être échangé. Les dommages occasionnés par une utilisation inadéquate, (choc, branchement sur courant continu, erreur de voltage, détartrage...), l'usure normale ne portant préjudice ni au bon fonctionnement, ni à la valeur de l'appareil, excluent toute prétention à la garantie. La garantie devient caduque si des réparations ont été effectuées par des personnes non agréées ou si des pièces de rechange ne provenant pas de la même marque ont été utilisées. La garantie ne sera valable que si la date d'achat ainsi que le cachet et la signature du magasin figurent sur la carte de garantie ou sur présentation du ticket de caisse. Toute autre forme de prétention à la garantie est exclue, sauf si des dispositions légales spécifient le contraire.

### GB - WARRANTY

This appliance is guaranteed for 24 months from the date of purchase. During the period of the guarantee, the distributor will take responsibility for defects occur, the appliance will be repaired or exchanged as the distributor deems necessary. Damage arising from improper use or normal wear and defects, which do not materially affect the performance of the appliance, is not covered under this guarantee. The guarantee is not valid if unauthorized repairs have been attempted or if replacement parts used are not approved by the supplier. The guarantee is valid only if it is stamped and signed by the retailer at the time of the purchase. For all claims made during the period of the guarantee, send the appliance and the warranty card to your retailer. All other claims are excluded from the guarantee unless specifically prohibited by law.

### DE - GARANTIE

Für dieses Gerät übernehmen wir eine Garantie von 24 Monaten ab Kaufdatum. Während der Garantiezeit beseitigen wir durch Reparatur oder Austausch Sämtliche Schäden, die auf Material oder Herstellungsfehler zurückzuführen sind. Schäden, die auf unsachgemäßen Gebrauch zurückzuführen sind (Gerät bleibt pausenlos an das Netz angeschlossen, Betrieb mit falscher Spannung, falschem Stecker, Bruch usw.) normale Abnutzung und Mängel, die Gebrauchstauglichkeit des Gerätes nicht beeinflussen, sind von der Garantie ausgenommen. Bitte nicht fachmännisch ausgeführte Reparaturen oder der Verwendung ungeeigneter Ersatzteile liegt kein Garantiefall vor. Die Garantie wird nur wirksam, wenn der Garantieschein beim Kauf des Gerätes vom Händler gestempelt und unterschrieben wurde. Im Garantiefall senden Sie bitte das Gerät und die Garantiekarte an unsere Kundendienststelle. Alle andere Ansprüche sind von der Garantie ausgeschlossen, es sei denn, sie wären Andererseits gesetzlich festgelegt.

### ES - GARANTIA

Damos una garantía de 24 meses a los productos que distribuimos a partir de la fecha de compra. Durante la duración de la garantía, está cubierta de forma gratuita la reparación de los defectos de fabricación o de los materiales, reservándonos el derecho a decidir si ciertas piezas deben ser reparadas o cambiadas o incluso si el equipo completo debe ser reemplazado. Los daños ocasionados por un empleo indebido (golpe, conexión a corriente continua, error de voltaje, ...) el desgaste normal por su uso, están excluidos de la garantía. La garantía caduca cuando se realizan reparaciones por personas no homologadas por el fabricante o si las piezas de recambio no son de la misma marca. La garantía sólo será válida cuando el sello del fabricante y la fecha de compra aparezcan en el bono de garantía. Cualquier otra forma de acceso a la cobertura de la garantía está excluida, salvo disposiciones legales en contra.

### IT - GARANZIA

Questo apparecchio è garantito per 24 mesi dalla data di acquisto. Durante il periodo della garanzia, il distributore si assumerà la responsabilità per difetti che si verificano, l'apparecchio sarà riparato o sostituito, come il distributore ritiene necessarie. Danni derivanti da uso improprio o normale usura e difetti, che non materialmente influire sulle prestazioni dell'apparecchio, non sono coperti da garanzia. La garanzia non è valida se la riparazione non autorizzata sono stati tentati o se i pezzi di ricambio usati non sono approvati dal fornitore. La garanzia è valida solo se è timbrato e firmato dal rivenditore al momento dell'acquisto. Per tutte le indicazioni fornite durante il periodo di garanzia, inviare l'apparecchio e la scheda di garanzia al rivenditore. Tutte le altre sono escluse dalla garanzia se non espressamente vietato dalla legge.

### NL - GARANTIE

We verzekeren een garantie van 24 maanden op de producten die wij verdelan vanaf de datum van aankoop. Gedurende deze garantietyd garanderen wij het herstellen van fabricagefouten of het materiaal, we behouden het recht te beslissen of sommige delen moeten worden hersteld of vervangen of indien het gans toestel moet vervangen worden. Beschadigingen door verkeerd gebruik, stoten, verkeerde aansluiting, vergissing in het voltage, kalkafzetting...), normaal slijtage, dat de goede werking en de waarde van het toestel niet benadeelt, sluit elke vorm van garantie uit. De garantie is ongeldig indien herstellingen werden uitgevoerd door niet officieel erkende of indien er vervangingsstukken werden gebruikt van een ander merk. De garantie zal enkel verzekerd zijn indien op de garantietaart de datum van aankoop, de stempel en de handtekening van de winkel staan of indien u het casabon kan voorleggen. Elke andere aanspraak op garantie is uitgesloten, behalve indien het wettelijk voorschrift het tegenstelde specificeert.

### PT - GARANTIA

Este aparelho é garantido por 24 meses a contar da data da compra. Durante o período da garantia, o distribuidor irá assumir a responsabilidade por defeitos que ocorrem, o aparelho será reparado ou trocado como o distribuidor considere necessárias. Danos decorrentes de uso indevido ou desgaste normal e defeitos, que não afetar substancialmente o desempenho do aparelho, não está coberto por esta garantia. A garantia não é válida se os reparos não autorizados foram tentados ou se peças de reposição utilizados não são aprovados pelo fornecedor. A garantia só é válida se for carimbado e assinado pelo revendedor no momento da compra. Para todas as reivindicações feitas durante o período da garantia, envie o aparelho e o cartão de garantia para o revendedor. Todas as outras reivindicações estão excluídas da garantia, a menos que expressamente proibido por lei.

### CZ - ZÁRUKA

Toto zařízení je garantováno po dobu 24 měsíců od data nákupu. V období záruky, bude distributor odpovědnost za vady, které se objeví, přístroj opraven nebo vyměněn jako distributor považuje za nezbytné. Škody vyplývající z nesprávného použití nebo běžné opotřebení a vady, které nemají podstatný vliv na výkon zařízení, se nevztahují tato záruka. Záruka není platná, pokud neoprávněně opravy nebyly použity, nebo pokud náhradní díly neschválené dodavatelem. Záruka je platná pouze tehdy, pokud je opatřena razítkem a podpisem prodávce v okamžiku nákupu. U všech tvrzení v době záruky, zašlete zařízení a záruční list na svého prodejce. Veškeré další nároky jsou vyloučeny z pojištění, pokud výslovně zakázáno zákonem.

HU - SZAVATOSSÁG

Ez a készülék garantáltan 24 hónap a vásárlás. Ideje alatt a garancia, a forgalmazó vállal felelősséget azokért a hibákért, amelyeket be, a készülék akkor meg kell javítani vagy cserélni, mint a forgalmazó által szükségesnek tartott. Eredő árokért nem megfelelő használata vagy normál kopás és hibák, amelyek nem befolyásolják lényegesen a teljesítményt a készülék nem vonatkozik a garancia. A garancia nem érvényes, ha a jogosulatlan javítás már próbálta, vagy ha pótalkatrészek alkalmazott nem hagyja jóvá a szállítónak. A garancia csak akkor érvényes, ha az alábbi és lepecsételt a kiskereskedő idején a vásárlásról. Minden állítások ideje alatt a garancia, elküldi a készülék és a jótállási jegyet a kiskereskedő. Minden egyéb állítások nem tartoznak a garancia, kivéve, ha kifejezetten tiltja a törvény.

PL - GWARANCJA

Urządzenie jest gwarantowane przez 24 miesięcy od daty zakupu. W okresie gwarancji, dystrybutor weźmie na siebie odpowiedzialność za wady, które się pojawiają, urządzenie będzie naprawiony lub wymieniony jako dystrybutor uzna za konieczne. Szkody wynikające z niewłaściwego użytkowania lub normalnego zużycia i uszkodzenia, które nie istotny wpływ na wydajność urządzenia, nie są objęte niniejszą gwarancją. Gwarancja nie jest ważna, jeśli samodzielných napraw zostały próby lub części używane zamiennie nie są zatwierdzone przez dostawcę. Gwarancja jest ważna tylko wtedy, gdy jest opatrzone pieczęcią i podpisem sprzedawcy w momencie zakupu. Dla wszystkich oświadczeń w okresie gwarancji, wysyłaj urządzeniem i kartą gwarancyjną do sprzedawcy. Wszystkie inne rozszczenia są wykluczone z gwarancji, chyba że jest to wyraźnie zabronione przez prawo.

RO - GARANȚIE

Acest aparat este garantat pentru 24 de luni de la data achiziționării. În timpul perioadei de garanție, distribuitorul va asuma responsabilitatea pentru defectele care apar, aparatul va fi reparat sau schimbat ca distribuitor le consideră necesare. Prejudiciile care rezultă din utilizarea incorectă sau o uzură normală și defecte, care nu afectează în mod semnificativ performanțele aparatului, nu este acoperită de această garanție. Garanție nu este valabilă în cazul în care reparațiile neautorizate au fost încercat sau dacă piesele de schimb utilizate nu sunt aprobate de către furnizor. Garanția este valabilă numai în cazul în care este ștampilat și semnat de către retailer, la momentul achiziției. Pentru toate cererile făcute în timpul perioadei de garanție, trimite aparatul și certificatul de garanție la distribuitorul dumneavoastră. Toate alte pretenții sunt excluse de la garanție cu excepția cazului în mod specific interzis de lege.

BG - ГАРАНЦИЯ

Този уред е гарантирано в продължение на 24 месеца от датата на закупуване. През периода на гаранцията, дистрибутор ще поемат отговорност за дефекти, които възникват, уредът ще бъде поправен или подменен, тъй като дистрибутор смята за необходимо. Вреди, произтичащи от неправилно използване или нормално износване и дефекти, които не оказват значително влияние върху работата на уреда, не се покрива от тази гаранция. Гаранцията не е валидна, ако неотризиран ремонт са опит за подмяна или ако се използва части, които не са одобрени от доставчика. Гаранцията е валидна само ако е подпечатан и подписан от търговец на дребно в момента на покупката. За всички претенции по време на периода на гаранцията, изпрати уреда и гаранционната карта да си търговеца на дребно. Всички останали твърдения са изключени от гаранцията, освен ако не е изрично забранено от закона.

SE - GARANTI

Denna apparat är garanterad i 24 månader från inköpsdatum. Under perioden av garantin, kommer distributören ta ansvar för fel som uppstår, kommer apparaten att repareras eller bytas som distributören anser nödvändiga. Skador till följd av felaktig användning eller normalt slitage och defekter, som inte väsentligt påverka resultatet av apparaten, omfattas inte av denna garanti. Garantin gäller inte om obehöriga reparationer har försökt eller om utbyte begagnade delar som inte är godkända av leverantören. Garantin gäller bara om det är stämplat och undertecknat av återförsäljaren vid köpet. För alla påståenden som gjorts under garantin, skicka apparaten och garantin kortet till din återförsäljare. Alla andra påståenden är undantagna från garantin inte är uttryckligen förbjudet enligt lag.

RU - ГАРАНТИЯ

Данное устройство имеет гарантию 24 месяцев с даты покупки. В период гарантии, дистрибутор будет брать на себя ответственность за дефекты, которые возникают, устройство будет ремонт или замена в качестве дистрибутора считает это необходимым. Повреждения, возникающие вследствие неправильного использования или естественного износа и дефектов, которые существенно не влияют на производительность устройства, не подпадают под эту гарантию. Гарантия не действует, если несанкционированный ремонт были попытки, или если замена деталей, используемых не одобрены поставщиком. Гарантия действительна, только если она с печатью и подписью продавца на момент покупки. Для всех претензий в период гарантии, отправьте прибор и гарантийный талон к вашему продавцу. Все другие требования, исключаются из гарантии если специально не запрещено законом.

TR - GARANTI

Bu cihaz, satın alma tarihinden itibaren 24 ay garantilidir. Garanti süresi boyunca, distribütör meydana kusurları için sorumluluk alacak distribütör gerekli gördüğü gibi, cihaz onarıldıktan ya da değiştirildikten olacaktir. Yanlış kullanıma ya da maddi cihazın performansını etkilemez normal aşınma ve kusurları, doğan zarar, bu garanti kapsamında değildir. Kullanılan yedek parça tedariği tarafından onaylanmamış ise yetkisiz onarım girişimi ya da olması halinde garanti geçerli değildir. Bu satın alma sırasında damgalı ve perakendeci tarafından imzalanmış olması halinde garanti geçerlidir. Garanti süresi boyunca yapılan tüm iddiaları için, perakendeci için cihaz ve garanti kartı gönderin. Özel kanunla yasaklanmış süreç tüm diğer hak talepleri teminat kapsamı dışındadır.

AFN - ضمان

و يضمن هذا الجهاز لمدة 24 شهرا من تاريخ الشراء. خلال فترة الضمان، الموزع سوف تحصل المسؤولية عن العيوب التي تحدث، وسوف يتم إصلاح الأجهزة أو استبدالها والموزع يراه ضروريا. لا تغطي الأضرار الناجمة عن الاستخدام غير السليم أو البلى والعيوب التي لا تؤثر جوهريا على أداء الجهاز. وبموجب هذا الضمان، الضمان ليس صحيحا إذا ما جرت محاولة إصلاح مصرح بها أو إذا لم يتم الموافقة عليها قطع الغيار المستخدمة من قبل المورد. الضمان سالحة فقط إذا تم فتحها وتوقيعها من قبل المتاجر التجزئة في وقت الشراء لجميع المطالبات التي قدمت خلال فترة الضمان، وإرسال الجهاز و بطاقة الضمان تاجر التجزئة. يتم استبعاد جميع المطالبات الأخرى من الضمان ما لم يحظر على وجه التحديد بموجب القانون.

CARTE DE GARANTIE / WARRANTY CARD / GARANTÍA / GARANTIE-KARTE  
24 MOIS / 24 MONTHS / 24 MONATE / 24 MESES / 24 MAANDEN

Nom / Name / Nahme / Nombre /  
Nome / Naam / Nome / Iméno /  
Név / nazwa / nume / име /  
nám / имя / isim / اسم .....

Adresse / Address / Anschrift / Dirección /  
Indirizzo / Adres / Endereco / Adresa /  
Cim / adres / adresa / адрес /  
address / адрес / adres / عنوان .....

Code Postal / Postcode / Postleitzahl / Código Postal /  
Codice postale / Postcode / CEP / PSC /  
Írányítószám / Kod pocztowy / Cod postal / Почтовый код /  
Postnummer / почтовый индекс / posta kodu / الرمز البريدي .....

Ville / Place / Stadt / Ciudad /  
Città / Stad / Cidade / Město /  
Város / miasto / oraş / град /  
Stad / ropon / kasaba / بلدة .....

Date d'achat / Date of purchase / Einkaufsdatum / Fecha de compra /  
Data di acquisto / Verkoopsdatum / Data da compra / Datum nákupu /  
A vásárlás dátuma / Data zakupu / Data de cumpărare / Дата на закупуване /  
Inköpsdatum / Дата покупки / Satın alma tarihi / تاريخ الشراء .....

CACHET DU VENDEUR / STAMP OF RETAILER / STEMPEL VOM HÄNDLER / SELLO DEL VENDEDOR /  
TIMBRO DEL RIVENDITORE / STEMPEL VAN DE VERKOPER / CARIMBO DO REVENDEDOR / RAZÍTKO PRODEJCE /  
STAMP A KISKERESKEDELM / PIECZĘĆ SKLEP / STAMPILA DISTRIBUTOR / ПЕЧАТ НА МАГАЗИНИ /  
STAMPEL ÅTERFÖRSÄLJARE / ПЕЧАТЬ ДИСТРИБЬЮТОРЫ / SATICININ STAMP / الطابع من متاجر التجزئة



En cas de panne retournez l'appareil accompagné de cette carte de garantie à votre revendeur.  
In case of damage, please return appliance and warranty card to your retailer.  
Im Garantiefall, senden Sie bitte das Gerät mit der Garantiekarte an unsere Kundendienststelle.  
En caso de defectos, por favor entregue al vendedor el equipo junto con esta garantía.  
In caso di danni, restituire l'apparecchio con questa carta di garanzia al rivenditore.  
In geval van defect stuur het artikel terug naar de verkoper vergezeld van deze garantietaart.  
Em caso de danos, o retorno do aparelho com este cartão de garantia para o revendedor.  
V prípade poškodení, vráťte prístroj s tímto záručným listom na svojho predcu.  
Abban az esetben, kár, vissza a készüléket a garancialevél a kiskereskedő.  
W przypadku szkody, zwrótu urządzenia z kartą gwarancyjną do sprzedawcy.  
In caz de avarie, întoarcearea aparatului cu acest card de garanție pentru distribuitorul dumneavoastră.  
В случае на повреда, върнете уреда с тази гаранционна карта до си търговец на дребно.  
Händelse av skada, returnera apparaten med denna garanti kort till din återförsäljare.  
В случае повреждения, верните устройство с таям гаранційною талоне к вашему продавцу.  
Hasar durumunda, perakendeci bu garanti kartı ile cihaz dönün.  
في حالة وقوع ضرر ، وعودة هذا الجهاز مع بطاقة الضمان لتاجر التجزئة.

SPORT-ELEC® INSTITUT

B.P. 35 - 31 rue du Val Breton - 27520 BOURGTHEROULDE - FRANCE  
Tel. +33 (0)2 32 96 50 50 - Fax. +33 (0)2 32 96 50 59 - info@sport-elec.com





***SPORT-ELEC® INSTITUT***

B.P. 35 - 31 rue du Val Breton - 27520 BOURGTHEROULDE - FRANCE  
Tel. +33 (0)2 32 96 50 50 - Fax. +33 (0)2 32 96 50 59  
[www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com) - [info@sport-elec.com](mailto:info@sport-elec.com)

# **SPORT-ELEC®** *multisportpro*

ELECTRO-STIMULATION

**Appareil d'électro-stimulation pour l'entraînement sportif**



## **Mode d'emploi**

*User manual / Manual de uso*

- **4 canaux**

*4 channels / 4 canales*

- **14 programmes multifréquence**

*14 multi frequency programs / 14 programas múltiples frecuencias*

- **344 variations de programmes**

*344 programs variations / 344 variaciones de programas*

- **1 ceinture multifonction**

*1 multi-function belt / 1 cinturón multifunción*



- **8 électrodes adhésives**

*8 adhesive pads / 8 electrodos adhesivos*



**[www.sport-elec.com](http://www.sport-elec.com)**